Unschuld
Die Mineralquellen
von Neuenahr

3 1761 05292505 5

6

Die

Mineralquellen von Neuenahr,

verglichen mit denen von

Carlsbad, Vichy und Ems.

Mit einem Anhang

über den

Kurgebrauch und die Diät bei alkalischen Wassern

von

San.-Rath Dr. Unschuld,

Physicus approb. und Königl. Kreiswundarzt.

Ritter hoher Orden etc.

6. Auflage.

AHRWEILER,

P. Plachner's Buchdruckerei,

1890.

424

Die

Mineralquellen von Neuenahr,

verglichen mit denen von

Carlsbad, Vichy und Ems.

Mit einem Anhang

über den

Kurgebrauch und die Diät bei alkalischen Wassern

von

San.-Rath Dr. Unschuld,

Physicus approb. und Königl. Kreiswundarzt,

Ritter hoher Orden etc.

6. Auflage.

AHRWEILER,

P. Plachner's Buchdruckerei,

1890.

JAN 1 5 1934
UNIVERSITY OF TORONTO

RA
866
N4U5
1890

Auf naturwissenschaftlicher Basis muss auch die Hydrotherapie aufgebaut werden, Physiologie und methodische Beobachtung müssen ihre Grundlagen sein.

(Dr. W. Winternitz.)

Vorrede zur 6. Auflage.

Seit der 1. Auflage sind fast 20 Jahre verflossen. In dieser Zeit haben die Erfahrungen des Arztes sich gehäuft, zugleich aber auch, ebenso wie die physiologischen und balneologischen Forschungen, zu theilweise anderen Anschauungen geführt. Ich habe gesucht, diesen Veränderungen in der neuen Auflage gerecht zu werden, ohne im Wesentlichen den Inhalt der vorhergegangenen umzugestalten. Meine vielseitig in Anspruch genommene ärztliche Thätigkeit hat mir leider nicht erlaubt, eine grössere Arbeit, welche ich über Neuenahr begonnen, zur Ausführung zu bringen. Möge auch diese Auflage ohne strenge Kritik aufgenommen werden! Sie bezweckt nur die Bekanntmachung der Heilwirkung unserer Thermen in ärztlichen Kreisen, sowie eine

Anweisung zum Kurgebrauch für die hierher geschickten Kranken. — Bezüglich der Einrichtungen Neuenahrs cursieren so viele Reclameschriften und Führer für die Gastwirthe, dass man von mir einen Beitrag nicht missen wird.

Einleitung.

Die Balneologie ist wohl der einzige Zweig der medizinischen Wissenschaft, welcher durch physiologische Begründung und experimentelle Beweise noch nicht die Basis erlangt hat, welche die meisten übrigen Specialfächer der Medizin durch die neueren Forschungen zu haben sich rühmen können. Es rührt dieses sowohl von den Schwierigkeiten des zu behandelnden Stoffes her, als auch von dem Schlendrian, mit welchem man die alten Dogmata der empirischen Bäderlehre, weniger zum Nutzen und Frommen der Wissenschaft, als zum Vortheil der Badeorte sich stets fest und fester einwurzeln liess. War es doch viel leichter, an der Hand der Erfahrung allein daher zu schreiten, schön klingende naturphilosophische Theorien aufzustellen und Deduktionen zu machen, als durch exacte Forschung und Experimente Beweise zu erbringen. Zudem würden letztere vielfach eine grosse Unzufriedenheit hervorrufen durch das Rütteln an einer Masse von Vorurtheilen, von Anschauungen, welche weiter Nichts sind, als Stützen unwissenschaftlicher Hypothesen. Wenn nun auch in letzter Zeit die besten Versuche rationeller Behandlung der Balneologie gemacht worden sind, so ist dies doch nur der Anfang. Das haben wir noch nicht in der Bädertherapie erreicht, dass wir das beschämende *Post hoc ergo propter hoc* durch das bessere und sichere *propter hoc*

allein ersetzen können. Es ist desshalb sehr schwierig, über die Wesenheit und Wirkung einer einzelnen Mineralquelle etwas ganz Positives und rationell Endgültiges zu begründen; um so gewagter scheint es, eine vergleichende Parallele zwischen einzelnen Quellen aufzustellen und seien letztere in ihren Bestandtheilen und Wirkungen noch so ähnlich. Doch man wird mein Unternehmen nicht verwerfen, wenn ich von vornherein bekenne, dass ich für meine Skizze nur einen praktischen Werth beanspruche, indem ich weiter nichts bezwecke, als nach den Bestandtheilen der Quellen nebst Benützung der gemachten Erfahrungen die allgemeinen, nach den mittelbaren Verhältnissen der Quellen die speciellen Indicationen — mit besonderer Berücksichtigung von Neuenahr — neben einander zu stellen. Ich hoffe, zugleich manche irrige Ansicht über das gegenseitige Verhältniss genannter Thermen zu beseitigen. Es wird mein Streben sein, rein objectiv zu verfahren, vor Allem aber mit Wahrheit und Offenheit in erster Linie dem rationellen Standpunkt unserer Wissenschaft Rechnung zu tragen.

Dass ich Ems, Vichy, Neuenahr und Carlsbad zusammenstelle, obgleich sie nicht einer einzigen Gruppe von Thermen angehören, hat seinen ersten Grund in meiner wiederholten Erfahrung, dass es Kranken von ihren Hausärzten anheimgestellt wurde, je eines oder das andere dieser Bäder zu besuchen; sodann, weil oft die specifischen Wirkungen, wenn man sie so nennen darf, in diesen Kurorten bei ein und denselben Krankheiten in gleicher Weise erfolgt sind.

Geschichtliches.

Das Geschichtliche unserer vier Quellen ist in seinen Gegensätzen sehr interessant. Carlsbad, im Eger-Kreise Böhmens, schon im Anfange des 13. Jahrhunderts als Vary (d. i. Warmbad) bekannt, datirt seinen Ruf als Weltbad seit Kaiser Carl IV., der dem Ort den Namen gegeben, dort gebadet hat. Seither haben hier Kranke aus der ganzen Welt, darunter Kaiser, Könige, Feldherrn und Gelehrte Genesung von ihren Krankheiten gesucht und gefunden. Im Jahre 1756 bestand der Besuch aus 134, 1863 aus 7363 Familien, 1884 aus 27 000 Fremden.

Ems an der Lahn, 3 Stunden von Coblenz, ist ebenfalls durch seine bewährte Wirkung, wie durch den enormen Besuch aus aller Herren Länder ein wahres Weltbad. Braun nennt Ems „die Perle der deutschen Bäder“. Eine grosse Freude war es für Jedermann, die Perle an ihrem Glanze gewinnen zu sehen durch die endlich erfolgte Aufhebung der Spielhölle, welche Ems zugleich zu einem Luxusbad herabstempelte. Wann die Quellen zuerst als Heilmittel benutzt wurden, ist unbekannt; sicher aber ist, dass sie schon früh als wunderthätig verehrt wurden. Wahrscheinlich schon zu Römerzeiten bekannt (Fontes Mattiaci?), haben wir die erste historische Kunde von Ems als Badeort vom Jahr 1355. —

Der Besuch von Ems berechnet sich auf mehr als 20 000 Kurgäste und Passanten.

Vichy, im Departement des Allier, am Fusse der Auvergner Berge, ist bereits von den Römern als Bad benutzt worden; seine Glanzperiode liegt jedoch in unserem Jahrhundert, besonders seit der napoleonischen Familie Gunst im höchsten Mass sich dem Bade zuwandte. Der Besuch desselben ist in progressiver Zunahme begriffen, der Consum des Wassers ein immer ausgebreiteterer. In Vichy findet man alle Krankheiten und alle Stände vertreten, vorzüglich jedoch die *haute volée* nicht nur Frankreichs, sondern Europa's. Der Besuch lässt sich ermessen durch die Angabe, dass hier täglich (in der Saison) zwischen 3000 und 4000 Bäder verabreicht werden.

Neuenahr, a. d. Ahr, bei Remagen a. Rh., hat keine Vergangenheit, hat weder Weltruf, noch weniger unter seinen Besuchern Kaiser oder Könige aufzuweisen. Im Jahre 1859 hat dasselbe seine erste Saison mit 197 Kranken beendet; 1869, in dem grünangestrichenen Winter, waren 2549 Kurgäste hier. Der Sommer 1870 versprach ein recht guter zu werden, als der ausbrechende Krieg die Kurfremden plötzlich verscheuchte. Die Saison 71 war trotz des herzlich schlechten Wetters eine sehr frequente: wir zählten damals 3114 Fremde, an welche 16,280 Bäder abgegeben wurden. Im Jahre 1872 war, wie wohl allerwärts, der Besuch sehr hoch, nämlich 3585 (3051 aus Deutschland). In den folgenden Jahren blieb er ungefähr auf dieser Höhe, sank jedoch 1876, in Folge der allgemeinen Krisis, auf 3131 (2642 aus Deutschland). Der Besuch steigerte sich allmählich in den letzten Jahren und die Saison 1880 schloss mit 3510 Fremden, das Jahr 1881 mit 4209, 1882 mit 4317, 1883 mit 4737, 1884 mit 5267 Besuchern, darunter 640 Ausländer (Holländer 316).

Besonders mehrt sich von Jahr zu Jahr der Zuzug aus Belgien (1881: 71, 1884 147 Belgier). Im Jahre 1889 waren 5458 Besucher (547 Ausländer, darunter ein bisher selteneres Contingent, nämlich 64 Amerikaner). Wir können also die begründete Hoffnung hegen, dass dieser stetige, wenn auch langsame Aufschwung fortdauere und dass unsere Ephydriate auch an äusserem Ansehen sich immer mehr ihren berühmteren Schwestern näheren möge.

Die Ursachen der Heilerfolge durch die Thermen.

Die Erfolge einer Quelle sind nicht allein abhängig von deren chemischen Bestandtheilen, sondern auch noch von anderen Factoren verschiedenster Art. Dazu gehört

Die hygieinische Beschaffenheit der Kurorte.

Wenn man die verschiedenen Bade-Brochuren liest, deren es, nebenbei gesagt, noch etwas mehr gibt, als Badeärzte, so steht es mit Klima und tellurischen Verhältnissen überall brillant; „diesen Angaben zufolge befindet sich jeder Kurort unter denjenigen überaus günstigen Bedingungen, welche eine Erkrankung eigentlich nicht mehr gestatten und dieselbe, wo sie dennoch stattfindet, nicht als eine Nothwendigkeit, sondern als eine subjective Caprice erscheinen lassen; jeder Kurort liegt genau in der passenden Elevation über dem Meeresspiegel; jeder ist von den zweckmässigsten Höhenzügen umgeben, welche einer scharfen Luftströmung den Eingang und einer schroffen Temperatur-Veränderung die Möglichkeit abschneiden; jeder erfreut sich einer unendlich milden, mittleren Luftwärme, einer anerkennenswerthen Beständigkeit des Barometerdruckes, eines Grades von hygroskopischer Sättigung, den man sich nicht passender bestellen könnte, und in jedem gehören endemische

Krankheitsformen zu den seltenen Ausnahme-Erscheinungen, während die Langlebigkeit der Einwohner die Tabellen der Lebensversicherungs-Gesellschaften auf's unbarmherzigste compromittirt". (Possner.) Sicher ist, dass von den erwähnten Vorzügen einzelne zu den unerlässlichen Bedingungen für die Existenz eines Badeortes gehören.

Die Elevation eines Ortes über den Meeresspiegel ist auf das körperliche Befinden jedenfalls von Einfluss; wohl die meisten Menschen wissen aus eigener Erfahrung, dass bei niederem Barometerstand sie sich weniger aufgelegt, dass sie oft selbst Beschwerden fühlen; dass sie in selbem Grade unaufgelegter sind, als die Luft „dicker" ist. Umgekehrt ist der Kopf freier, das Athmen leichter, der Geist reger, wenn der Barometer hoch steht. Es hat dies seine guten Ursachen: der vermehrte Luftdruck bewirkt ein Zurücktreten des Blutes von der Peripherie des Körpers in die centralen Theile, dadurch eine stärkere Bethätigung der Functionen des Gehirnes, des Herzens, der Leber, Milz und Nieren; der verminderte Luftdruck bewirkt hingegen eine vermehrte Circulation des Blutes nach der Peripherie hin, dadurch vermehrte Haut-, Muskel- und Athemthätigkeit und verminderte Thätigkeit der inneren Organe. Es ist desshalb nicht so ohne alles Weitere die Theorie von dem Einfluss der Elevation von der Hand zu weisen, wenn es sich für einen Kranken um die Wahl eines Kurortes handelt. Selbst wenn eine direkte Einwirkung des veränderten Luftdruckes nicht zur Perception des betreffenden Kranken gelangen sollte, so besteht erstere doch durch viele und vergleichsweise angestellte Versuche (Brehmer) ausser allem Zweifel. Sicher ist es nicht einerlei, ob ein Kranker von der Hochebene in ein Seebad, oder ein Bewohner der Tiefebene in ein Gebirgsbad geschickt wird. Bei unseren Kurorten stellen sich die Contraste nicht hoch heraus.

Es liegt Neuenahr 276′,
Ems 291′,
Vichy 800′,
Carlsbad 1150′ über dem Meer. Die grösste Differenz zwischen dem Luftdruck am Meere (760 Mm.) und in Carlsbad (729 Mm.) beträgt 31 Mm. Im Ganzen wird auf die Verschiedenheit der Elevation wohl wenig Rücksicht genommen. Denn die Lungenkrankheiten, bei denen dieselbe namentlich in Betracht gezogen werden könnte, erfordern zugleich noch andere Cautelen und wichtigere klimatische Bedingungen. Es wird desshalb hier genügen, kurz zu erklären, dass in dem Falle, wo es sich darum handeln sollte, einen relativen Zustand der Ruhe für Athemmuskeln und Lungen, also leichteres Athmen zu erreichen, man die tiefstgelegenen Orte, welche zugleich die grösste hygroskopische Sättigung haben, wähle; man aber im entgegengesetzten Falle, wo man eine regere Funktionirung der Haut, eine Ableitung des Blutes aus den inneren Organen, eine erhöhte Thätigkeit der Lungen und des Athemapparates anstrebt, die höchstgelegenen Kurorte vorziehe.

Von grösserem Belang ist die mittlere Jahres- resp. Sommertemperatur. Es ist zwar richtig, dass dieselbe nur relative Sicherheit für die Witterung gibt; allein im Grossen und Ganzen zeigt sie doch das durch eine Reihe von Jahren beobachtete, ziemlich constant bleibende, also einem Orte sichere Wärmequantum an. Diese Wärme für einen Kurort zu bestimmen, ist um so nöthiger und wichtiger, weil erfahrungsweise feststeht, dass die Isothermen dieselbe nicht allein bestimmen, indem Orte derselben Isotherme in ihrer Temperatur sehr differiren. Die Ursachen, welche die Temperatur eines Ortes über die normale seiner Isotherme erhöhen, sind zwar sehr verschiedener Art, aber jedenfalls alle von entschiedenem

allseitigen Vortheil für einen Kurort. Es ist desshalb auch das Streben aller solcher, welche die mittlere Jahreswärme eines Kurortes beobachteten, dieselbe möglichst hoch zu finden. Dadurch sind leider die Angaben darüber nicht immer zuverlässlich, und es wäre sehr wünschenswerth, wenn gerade an grösseren Badeorten meteorologische Stationen errichtet würden, um, wenn auch nicht immer für die Kurorte, dann doch für die Meteorologie sichere Resultate zu erlangen.

Die Angabe über die mittlere Temperatur unserer Kurorte beträgt für

Carlsbad	6,7	Gr. Celsius,
Ems	7,9	„ „
Vichy	14,9	„ „
Neuenahr	10,6	„ „

Demnach hat Neuenahr nach Vichy die höchste mittlere Jahreswärme. Die mittlere Temperatur kann jedoch noch so günstig für einen Ort erscheinen und doch ist das klimatische Verhältniss desselben ein ungünstiges durch die öfteren täglichen Schwankungen derselben, welche an manchen Orten recht grell und unangenehm sind. Wir finden dies namentlich in Gebirgsgegenden, wo dadurch, dass in den Schluchten und Thälern die Sonne eher untergeht, die Luft also erkaltet und nach dem physikalischen Gesetz der Schwere in die Ebene entweichen muss, während die noch warme Luft der Ebene in die höher gelegenen Thäler steigt. Die hierdurch entstehende Luftströmung ist um so stärker, je enger das Thal ist; sie ist angenehm, wenn sie von Süden oder Westen, unangenehm, wenn sie von Norden oder Osten kommt.

Von Carlsbad ist die Unbeständigkeit der Witterung bekannt, „der Wechsel von kalten und warmen, trockenen und feuchten Tagen ein sehr rascher, die Morgen und Abende, selbst der heissesten Tage, steil abfallend kühl und feucht,

die Patienten durch die in Folge des Trinkens, Badens und der häufigen Bewegung vermehrten und erhöhten Schweisssekretionen zu Verkühlungen und Erkältungen sehr disponiert". (Fleckles jun.) Nord- und Nordwestwinde sind hier vorherrschend.

In Ems ist die Richtung des Thales von Osten nach Westen; ausserdem mündet bei Dorf Ems die von Norden kommende Schlucht des Emsbaches, und die Temperatursprünge, veranlasst durch das enge Thal, welches während des ganzen Tages den Sonnenstrahlen ausgesetzt ist, welche allenthalben durch Felsen und Mauern reflektirt, die Hitze bedeutend steigern, sind derart gefürchtet, dass die älteren Aerzte sich veranlasst sahen, den empfindlichen Kranken im Frühjahr und Herbst das Ausgehen Abends nach 6, im Sommer nach 8 Uhr, zu verbieten. Ausserdem erscheinen hier häufig Nebel, so dass alsdann die Luft übermässig feucht und kühl wird.

In Vichy sind die vorherrschenden Winde Süd- und Westwinde. Auch hier ist die Temperatur besonders durch die Nähe des beträchtlichen Gebirges einem schnellen Wechsel unterworfen. Namentlich ist der Contrast zwischen Sommer und Winter dort auffallend, indem ersterer gewöhnlich sehr heiss, letzterer streng und heftig auftritt.

In Neuenahr haben wir im Frühjahr recht heftige Winde aus dem Süden und Südwesten, nach welcher Richtung auch unsere Seitenthäler sich erstrecken. Diese Winde sind jedoch nur zur Herbst- und Frühjahrszeit unangenehm, während des Sommers hingegen, wo sie nicht so stark sind, erwünscht und erfrischend; zugleich wirken sie alsdann wohlthätig durch die häufigere Erneuerung der Atmosphäre und die Abkühlung der Tageshitze.

Nie haben wir jedoch schroffe Temperatur-

wechsel; diese werden schon verhindert durch die Grösse unseres Thales, welches gleichmässig $^1/_2$ Stunde in die Breite und 1 Stunde in die Länge sich erstreckt. Nach den gewissenhaften Beobachtungen, welche hier gemacht sind, beträgt die Differenz der Temperatur von Morgens 7 und Abends 9 Uhr nur wenige Grade, um welche letztere wärmer ist, als erstere. Was Hauck 1865 über Neuenahr schrieb, kann man mit bestem Gewissen bezeugen: „es herrscht hier mit der üppigen Vegetation eine Milde und Salubrität des Klimas, wie am Rhein und seinen Seitenthälern kaum anderswo."

Von entschiedener Wichtigkeit ist ferner die Beschaffenheit der Luft. Der Grad habitueller Durchsichtigkeit und Heiterkeit des Himmels, sagt A. v. Humboldt, ist nicht blos wichtig für die vermehrte Wärmestrahlung des Bodens, die organische Entwicklung der Gewächse und die Reifung der Früchte, sondern auch für die Gefühle und die ganze Seelenstimmung des Menschen. Bei einem Kurgaste ist dies aber wohl zu berücksichtigen. Ausserdem ist die Reinheit der Luft für den Athemprocess und die Blutbildung von grösstem Einfluss. Dieselbe wird bedingt durch eine freie Lage; durch Fehlen von Sümpfen und von stinkenden Abfuhrcanälen aus Fabriken und industriellen Etablissements, von Fäulnissstoffen und von Staub; durch die Nähe von Wald oder See oder Fluss, durch reiche Vegetation und allseitigen Anbau der Gefilde. Wenn auch die Untersuchungen der freien Luft an den verschiedenen Orten mit Rücksicht auf den Sauerstoffgehalt nur sehr geringe Differenzen ergeben haben, und ebensowenig der Gehalt an Kohlensäure für die einzelnen Kurorte bestimmt ist, so sind wir doch leicht zu überzeugen von der Reinheit der Luft durch unser Gefühl. Wie oft hörte ich Fremde, welche unser Thal besuchten, zu staunenden Ausdrücken über unsere Luft hingerissen werden: „Man schmeckt diese Luft, es ist, man

müsste sie nicht nur mit grossen Zügen einathmen, sondern auch essen.“ Diejenigen, welche aus grossen Städten kommen, wissen am Besten die Unterschiede der verschiedenartigen Luft zu würdigen. Sicher ist der Erfolg mancher Trink- und Badekur in unseren vier Thermen auf Mitrechnung der reinen Luft zu setzen. Und in Rücksicht auf letztere, können sie wohl mit Recht rivalisieren: sie haben alle nicht jene luftverschlechternden Ursachen, die oben angeführt wurden; sie zeichnen sich alle gleich aus durch die Nähe von Wald und Gebirgen, Flüssen und üppigen Fluren, wo, die beste Werkstätte der Natur, stets für das erste Genussmittel des Menschen, für reine Luft, gesorgt wird.

Eine ebenfalls wichtige Sache ist die Beschaffenheit des Bodens; nicht nur, dass durch dieselbe der Werth des Trinkwassers bestimmt wird, es ist auch wesentlich, zu wissen, ob der Boden porös ist und den gefallenen Regen bald aufsaugt, oder ob er das Entgegengesetzte bietet und alsdann den Kurgästen Tage lang nicht gestattet, Promenaden zu machen.

Das Carlsbader Gebirge besteht aus Centralgranitmassen, die seinen Kern bilden, der von Gneis, dann Glimmerschiefer und zu äusserst von Thonschiefer überlagert ist.

Das Gebirge von Vichy besteht ebenfalls aus Granit; die Thalebene hat thonigen und kiesigen, mit Sand gemischten Alluvialboden.

Ems und Neuenahr haben dieselbe Gebirgsformation — sogen. Coblenzer Grauwack — welcher durchsetzt ist von Basalt. Unsere Quellen entspringen zwischen zwei mächtigen Basaltkegeln — Landeskrone und Neuenahr —, welche nicht nur unserer Landschaft den schönen Reiz verleihen, sondern auch als die mittelbaren Erzeuger unserer Quellen zu betrachten sind. Im Thal und Flussbett Geröll, Kies und Lehm. Da die Kiesschichten durchschnittlich eine Tiefe von 30—60

Fuss haben, so findet eine so rasche Aufnahme des Wassers statt, dass man gleich nach dem stärksten Regen wieder trockene Wege hat.

Endlich ist es von grossem Belang, die mittlere Regenmenge der einzelnen Badeorte, sowie auch den mittleren Feuchtigkeitsgrad der Luft, zum wenigsten während der Saison, zu kennen. Einestheils wäre es für den Patienten sehr erwünscht, vorher zu wissen, wie viel Regentage ihm an einem Orte durchschnittlich bevorstehen; anderntheils wird auch von dem Feuchtigkeitsgehalt der Luft der Heilprocess in Bädern viel influirt. Ist die Luft stets feucht und dicht, so schadet sie den Gichtischen und Rheumatischen, während sie Kranken mit entzündlichen Lungenaffectionen wohlthätig ist; ist sie sehr trocken, so entstehen bei der Trinkkur leicht Diarrhoeen, während bei feuchtkalter Luft akute Bronchialkatarrhe auftreten.

Herr Dr. Teschemacher hat mehrere Sommer klimatologische Beobachtungen angestellt und für die Sommer 76 und 77 folgende Zahlen gefunden:

Meteorologische Tabelle

Meteorologische Tabelle für die Jahre 1876 und 77.

Neuenahr, 276′ Höhe, 24° 47′ östl. Länge, 50° 35′ nördl. Breite.	Mai	Juni	Juli	August	Septem-ber	Meteorologischer Sommer
Mittlere Temperatur in ° C	11.44	18.87	18.19	19.09	13.08	18.71
Absolutes Maximum	21.2	31.0	30.0	30.5	22.5	30.5
„ Minimum	3.2	11.0	9.0	11.5	2.2	10.5
Tägliche Temperaturschwankungen	5.06	6.25	5.24	6.40	6.32	5.96
Mittlerer Barometerstand in Mm .	758.76	759.20	760.94	759.77	761.51	759.98
Tägliche Barometerschwankungen	2.20	2.16	1.92	2.14	2.28	2.07
Absolute Feuchtigkeit in Mm . . .	6.59	10.60	11.39	10.75	8.43	10.91
Tägliche Schwankungen	1.10	1.76	1.68	1.70	1.25	1.71
Relative Feuchtigkeit in p℃t. . . .	65.43	66.06	70.33	66.68	74.30	67.69
Tägliche Schwankungen	22.41	26.56	23.20	23.17	20.23	24.31
Anzahl der Regentage	12	8.5	13	10.5	15	32
Regenmenge in Mm	31.5	79.5	46.4	57.0	55.5	182.9
Anzahl der Gewitter	0.5	2	3	3	1.5	8
Bewölkung heitere Tage	13	14.5	15	17	11	46.5
Bewölkung halbklare Tage . . .	10.5	9.5	9	8.5	10.5	27
Bewölkung bewölkte Tage	7.5	6	7	5.5	8.5	18.5
Windrichtungen mit abnehmender Häufigkeit						NW. SW. W. O. SO. S. NO. N.

Was speciell noch die Regenmenge, im Vergleiche zu anderen Orten, betrifft, so wird dieselbe um so grösser, je höher ein Ort liegt. Umgekehrt verhält es sich mit der Dunstsättigung.

In Carlsbad, dem höchstgelegenen Orte, fällt jährlich so viel Regen im Umkreise einer $^1/_2$ Quadratmeile, dass davon die Quellen Carlsbads 50 Eimer pro Minute gespeist werden könnten. (Fleckles.)

In Vichy sind Gewitter während der Saison an der Tagesordnung; wenngleich dieselben ihre grossen angenehmen Seiten haben, so wirken sie andererseits nicht minder unangenehm durch das bisweilen ihnen nachfolgende Regenwetter und die grellen Temperaturwechsel.

In Neuenahr sind wir durch das tiefgelegene Flussbett der Ahr und das demgemäss verbreitete Grundwasser, sowie durch den meist trockenen Kiesboden vor einem schnellen Wechsel der Feuchtigkeit bewahrt.

Schliesslich sei noch des Ozongehaltes der Luft erwähnt. Ich machte während 13 Jahren im Sommer Beobachtungen und habe durchgehends einen sehr beträchtlichen Ozongehalt constatiren können.

Dr. Teschemacher fasst sein Resultat bezüglich seiner Beobachtungen dahin zusammen, dass er sagt: „Neuenahr besitzt ein mässig trockenes, durch Gleichmässigkeit der Temperatur, Milde und Reinheit der Luft sich auszeichnendes Klima, welches in milder Weise anregend und stärkend auf den menschlichen Organismus einwirkt.“

Die Bestandtheile der Quellen.

Der Ursprung aller Mineralquellen ist derselbe; je nach den Schichten, welche sie durchsickern, erhalten sie ihre Bestandtheile, und je nach der Tiefe, aus welcher sie hervor-

kommen und durch die genuine Erdwärme erwärmt werden, ihre Temperatur. Ihr Vorkommen ist meist an den erloschenen Stätten ehemals thätiger Vulkane.

Unsere vier Quellen, obgleich alle Natronwasser, doch unter sich durch ihre Zusammensetzung verschieden, haben eins zusammen gemein, wodurch sie sich vor allen anderen alkalischen Wassern vortheilhaft auszeichnen: sie sind **allein** warm. Es ist dieses von grösstem Einfluss. Die Wärme eines Wassers befördert dessen schnellere Resorption durch die Venen; sie gibt die Möglichkeit, grössere Mengen Wasser zu trinken; es bewirkt dadurch eine raschere Aufsaugung plastischer Exsudate, sie vermindert die Empfindlichkeit und Reizbarkeit der Hals- und Bronchialschleimhäute und befördert die Expectoration (daher zum Theil die grossen Erfolge bei Bronchialleiden) und die Ausdünstung und vermag selbst nothwendige Blutungen hervorzurufen.

Analysen.

	Vichy (Gr. Grille)	Neuenahr (Gr. Sprudel)	Ems (Kesselbr.)	Carlsbad (Sprudel)
Doppelt kohlensaures Natron .	4,883	1,050	1,989	1,927
Chlornatrium	0,518	0,0907	1,031	1,030
Schwefelsaures Natron . .	0,291	0,1125	0,015	2,371
Doppelt kohlensaures Kali .	0,352	—	—	—
„ „ Lithion	—	—	0,005	—
„ „ Ammon.	—	—	0,007	—
„ kohlensaure Magnesia	0,303	0,437	0,182	0,188
„ kohlensaurer Kalk . .	0,434	0,302	0,219	0,128
„ „ Baryt .	—	—	0,0012	—
„ „ Strontian	0,303	—	0,0018	0,0010
„ kohlens. Risenoxydul .	0,004	—	0,0032	0,0038
„ „ Manganoxydul	Spur	—	0,0003	0,0008
Schwefelsaures Kali . . .	—	—	0,0436	0,1636
Chlorkalium	—	—	—	—
Bromnatrium	—	—	0,00004	Spuren
Jodnatrium	—	—	0,000003	
Borsaures Natron	Spur	—	—	—
Salpetersaures Natron . . .	—	—	—	—
Phosphorsaures Natron . .	0,130	—	0,0005	—
Arseniksaures Natron . . .	0,002	—	—	—
Kali	—	0,028	—	—
Lithion	—	0,00018	—	Spur
Thonerde	—	0,019	—	—
Eisenoxyd	—		—	—
Phosphorsaure Thonerde . .	—	—	0,0002	0,0003
Arsenik	—	—	—	—
Kieselsäure	0,070	0,024	0,044	—
Fluorcalcium	Spur	—	—	0,0037
Phosphorsaurer Kalk . . .	—	—	—	0,0002
Feste Bestandtheile	7,306	2,0646	3,5515	6,1937
Menge der völlig freien Kohlensäure in 1000 Cm. Wasser.	460,57	499,7	533,16	104,0
Temperatur	41,0 Cels.	40,0 Cels.	47,0 Cels.	73,3 Cels.

Aus den Analysen ersehen wir zuerst, dass Vichy und Neuenahr einfache Natronwässer sind, Ems ein muriatisches, Carlsbad ein glaubersalzhaltiges Natronwasser ist.

Der hauptsächliche chemische Bestandtheil aller Quellen ist das *Natron bicarbonicum* und je nachdem dieses noch mit Glauber- oder Kochsalz mehr oder weniger vereint vorkommt, differiren sie von einander.

Das doppeltkohlensaure Natron ist ein wesentlicher Bestandtheil des Blutes und wird demselben mit allen Nahrungsmitteln stets reichlich zugeführt. Es dient dazu, den Faserstoff und das Eiweis des Blutes in Lösung zu erhalten, theils auch um in Verbindung mit dem Faserstoff als Fibrinat in die festen organischen Gebilde, in Knochen, Haut, Zellgewebe &c. überzugehen. Mit den freien Säuren im Organismus verbindet sich das doppeltkohlensaure Natron mit Ausscheidung von Kohlensäure, theils löset es durch seine stärkere Verwandtschaft Basen aus ihren Salzverbindungen. Die durch das Natron gebundenen Säuren werden durch Neutralisation oder Alkalisation fähig gemacht, in Salzverbindung in die Säfte überzugehen und durch die Nieren auszutreten. Dadurch werden Säuren, namentlich Harnsäure, aus dem Körper geführt. Der nicht mit Säuren sich verbindende Theil des Natrons bewirkt als Bicarbonat die alkalische Beschaffenheit des Urins.

Nach Liebig ist das kohlensaure Natron der Träger der Kohlensäure, welche aus der Blutbahn zu den Lungen zum Zweck ihrer Ausscheidung geführt wird.

Die therapeutische Wirkung der löslichen Salze der reinen Alkalien ist eine säurebindende, die serösen und eiweissstoffigen Ab- und Aussonderungen vermehrende, und dadurch die Quantität der festen organischen Materien vermindernde,

Der Einfluss desselben auf die Schleimhautsekretion ist unbestritten, ebenso auf die Galle, durch die vermehrte Alkaleszenz des Blutes.

Auf die unmittelbar im Magen erfolgende säurebindende Wirkung, sowie auf die Einwirkung auf die Verdauungs-, Ab- und Aussonderungsorgane hat man denn auch den Gebrauch des natronhaltigen Wassers gegründet.

Neuenahr ist eine schwache alkalische Quelle und hat den geringsten Prozentsatz an kohlensaurem Natron. Das ist aber sehr wichtig; denn da das letztere den Eiweisszerfall begünstigt, so sind unsere Quellen indicirt bei allen schonungsbedürftigen, schwächlichen und zarten Individuen.

Das kohlensaure Kali wirkt dem kohlensauren Natron analog. Man wendet die natronhaltigen Wasser an, wo man auf die Säfte neutralisirend oder auf die Organe mildreizend einwirken will. Die empirische Anwendung geschieht bei abnormer Säurebildung in den ersten Wegen und nächstdem bei Magen- und Darmkatarrh; bei Katarrhen sämmtlicher Schleimhäute; bei Gicht, Steinbildung, Zuckerruhr. Da aber die kohlensauren Alkalien, in stärkeren Dosen gebraucht, die Verdauung stören, durch Binden der zur Verdauung nothwendigen Säuren, und aller Wahrscheinlichkeit nach (s. Versuche von Münch) eine Verlangsamung des Stoffwechsels herbeiführen, so dürfte es wohl grade diesem Umstande zuzuschreiben sein, dass in Neuenahr, welches den geringsten Natrongehalt (daneben allerdings den starken Kohlensäuregehalt) enthält, grade die besten Erfolge bei Magenkatarrhen erreicht werden, dass hier selbst bei langem Kurgebrauch nur selten nachtheilige Wirkungen beobachtet werden, wie dies so häufig in Vichy geschieht, welches den grössten Natrongehalt enthält.

Das Chlornatrium (Kochsalz), auf dessen Beimischung

grade die Emser Quellen für ihre Erfolge ein Hauptgewicht beanspruchen, verhält sich fast ebenso wie das *Natron bicarbonicum* in physiologischer Beziehung.

Im Blute kommen auf 10,000 Theile etwa 40—45 Theile Salz, in den Muskeln und Knorpeln etwas weniger; im Ganzen mögen ungefähr 50—120 Grm. Kochsalz im Körper eines erwachsenen Menschen enthalten sein. Durch die Speisen werden etwa 6—20 Grm. täglich eingeführt. Die Ansicht, dass der Gebrauch von Kochsalz den Stoffwechsel befördere, ist durchaus nicht erwiesen. Lehmann und Schrenk behaupten das Entgegengesetzte. Leider ist die pharmakodynamische Wirkung des Kochsalzes an und für sich durchaus noch nicht eruirt. Das, was wir annehmen können, ist, dass das Kochsalz (als Material für die Salzsäure im Magen) die Verdauung anregt, als Reizmittel auf die Schleimhaut des Darmes die Darmbewegung beschleunigt. Ebenso ist seine diuretische Wirkung unbestritten und wird nach Voit die Stickstoffausscheidung durch den Urin vermehrt. Durch stärkere Zufuhr von Kochsalz entstehen entzündliche Zustände der Schleimhäute und Drüsen.

Der Gehalt an Kochsalz ist in Neuenahr am Geringsten, in Carlsbad am Höchsten.

Will man eine therapeutische Wirkung durch kochsalzhaltige Mineralwasser erzielen, so wählt man jedenfalls besser eine Soolquelle; bei den schwachen Natronquellen fällt wohl der Kochsalzgehalt nicht so sehr in Betracht. Ob derselbe mehr oder weniger die Verdauung anregt, ist ziemlich gleichgiltig, da wir, um dies zu erreichen, eine wichtigere Beimischung in den Natronwässern haben: die Kohlensäure. Ein geringer Kochsalzgehalt hat jedoch einen sehr grossen Vortheil: den des Wohlgeschmackes. Wenn es hingegen in einem gegebenen Falle darauf ankommen sollte, dass das

Kochsalz in einer Quelle zur Erlangung eines Erfolges fehle, so genügt ein minimaler Zusatz desselben, um diesem Mangel abzuhelfen.

Ein fernerer Bestandtheil unserer Quellen ist die doppeltkohlensaure Magnesia. Sie ist jedoch in sehr geringem Procentsatz vertreten. Nur Neuenahr enthält etwas mehr. Im menschlichen Körper, besonders in den Muskeln, ist Magnesia reichlich enthalten (mit Phosphorsäure gebunden) und wird auch mit allen Nahrungsmitteln, namentlich den Kartoffeln, dem Körper zugeführt. Die physiologische Wirkung der Magnesia ist eine säurebindende und zwar besitzt sie diese Eigenschaft in höherem Grade, als alle anderen Alkali und Erdmetalle. Auf die Darmausleerung wirkt sie anregend. Jedenfalls unterstützt sie die Wirkung des doppeltkohlensauren Natrons, und wenn man annimmt, dass in therapeutischer Anwendung beide Stoffe in gleichen Dosen gebraucht werden, so ist es wohl nicht ohne Belang, wenn wir wissen, dass im Neuenahrer Wasser circa $^2/_5$ Magnesia auf $^3/_5$ Natronbestandtheile kommen.

Von dem kohlensauren Kalk, welchen die Mineralwasser ebenfalls enthalten, gilt in physiologischer Beziehung dasselbe, wie von der Magnesia Gesagte, nur dass ersterer hauptsächlich in den Knochen abgelagert ist. (In den Knochen des Körpers eines erwachsenen Menschen sind etwa 3 Kilogramm Kalk enthalten.) Der kohlensaure Kalk wird fast mit jedem Trinkwasser eingeführt; eine physiologische Begründung seiner Anwendung und Wirkung ist höchst mangelhaft und das Einzige, was wir mit Sicherheit annehmen können, ist, dass er die Magensäure abstumpft, also ein Adjuvans der Magnesia ist.

Der Bestandtheil endlich, welcher Carlsbad vor den übri-

gen 3 Quellen so sehr auszeichnet, ist das schwefelsaure Natron, das Glaubersalz. Das Glaubersalz, in grösseren Dosen genommen, gelangt zum Theil vom Magen aus direkt ins Blut und geht unverändert mit dem Urin fort und bewirkt dadurch eine Irritation der Nieren und vermehrte Urinausscheidung; zum Theil bleibt es im Magen und Darm, wirkt dort reizend, durchfallerregend, wobei sich dasselbe theilweise zersetzt, Schwefelwasserstoff entwickelnd, theilweise unverändert mit dem Fäces abgeht. Da dies jedoch nur in Dosen von $^1/_2$—1 Unze Glaubersalz der Fall ist, in Carlsbad aber höchstens einige Drachmen pro Tag durch das Wasser dem Körper zugeführt werden und doch dieselbe sichere, ja meist noch stärkere Wirkung erfolgt, so muss die Ursache davon anderweitig zu suchen sein. Nach den oben geschilderten Wirkungen der übrigen Quellenbestandtheile ist es wahrscheinlich, dass das *Natron bicarb*, durch seine Eigenschaft, das Eiweiss des Blutes zu lösen, das Chlornatron als Irritans auf die Darmschleimhaut kräftige Adjuvantia darbieten.

Die übrigen mineralischen Bestandtheile der Quellen kommen wohl weniger in Betracht. Kurz zu erwähnen sei noch das Lithion, welches in dem Neuenahrer Wasser in ziemlicher Dosis enthalten ist. Das Lithion ist in Blutasche und im Muskelfleische gefunden worden, seine physiologische Wirkung ist jedoch noch wenig erforscht. Wir wissen nur, dass es ein sehr grosses Lösungsvermögen für Harnsäure hat. Man hat desshalb die Lithionwasser (besonders Baden-Baden mit 0,045 auf 1000 Grm. Wasser) zur Lösung des Harnsteines und gegen Gicht empfohlen. Abgesehen von der unrichtigen theoretischen Ansicht ist es jedenfalls sehr gewagt, durch so kleine Faktoren so grosse Resultate zu erwarten. Dr. Pfeiffer hat in letzterer Zeit die vollständige Unwirksamkeit des Lithion bei harnsaurer Diathese behauptet. Das Jod und Arsen,

welches auch in einzelnen Quellen gefunden wurde, ist ebenso ohne jeglichen Einfluss auf eine Heilwirkung.

Ein bei weitem wichtigerer Bestandtheil unserer Quellen ist die Kohlensäure. Die Kohlensäure ist in sämmtlichen Gewebsflüssigkeiten und Sekreten des Körpers theils frei, theils gebunden enthalten. Die Kohlensäure, welche ein erwachsener Mensch in einem Tage ausathmet, beträgt fast 1 Kilogramm; ausserdem gibt die Haut auch noch etwa 12 Grm. Kohlensäure ab. Die reinste Luft, welche wir athmen, enthält dieses Gas (durchschnittlich 0,04%). Grössere Beimischungen, 3—10%, wirken tödtlich, jedoch ist die Empfindlichkeit einzelner Menschen gegen dasselbe sehr verschieden. Die Wirkung der Kohlensäure auf den Körper bethätigt sich in Erregungen der Empfindungsnerven; sie bewirkt ein Gefühl von Wärme, Prickeln, Jucken, wahrscheinlich durch Contraktion der Capillargefässe. Die direkte Einwirkung der Kohlensäure auf die Schleimhäute bewirkt vermehrte Absonderung; die Sekretionen der Leber, der Nieren und Haut werden vermehrt. Auf die Nervencentra wirkt die Kohlensäure irritirend, auf Magen- und Darmmuskulatur erregend und Contraktionen hervorrufend, ebenso ist die Wirkung auf die Gebärmutter. Wie die Wirkung auf das Herz ist, ist noch nicht fest constatirt; anzunehmen ist jedoch, dass die Kohlensäure ebenfalls erregend auf das Gefässsystem einwirkt. Werden grössere Mengen von Kohlensäure durch kohlensäurehaltige Wasser in den Magen gebracht, so kann Schwindel, selbst Betäubung entstehen. Da diese Wirkungen alle eintreten, sowohl bei Absorption des Gases durch die Lungen, wie durch die Haut und den Magen, so hat man die therapeutische Einwirkung desselben durch Gas- und Wasserbäder, sowie durch Trinkkuren gleichmässig zu erreichen gesucht.

Die Krankheitsformen, die man hauptsächlich durch Kohlensäure behandelt, sind: träge Verdauung und Appetitlosigkeit, Magenschmerz, Erbrechen; Kehlkopf- und Luftröhrenkatarrh; Spinalirritation und Hyperästhesien; Neuralgieen; Schlaflosigkeit; Veitstanz; Störungen des Menses und Mangel derselben; chronische Entzündung der Gebärmutter und selbst als Linderungsmittel gegen Gebärmutterkrebs; chronische Blasenentzündungen; Lähmungen und Apoplexie; Muskelschwäche bei Reconvalescenten; Gicht, als schmerzstillendes, sowie Aufsaugung und Diaphorese erregendes Mittel.

Resumiren wir kurz nach den Bestandtheilen der Quellen die zu erwartenden Wirkungen, so stellen sich die Indicationen derart, dass man in allen vier Quellen bei Krankheiten der Luftwege und Lungen die besten Expectorantia hat; dass durch jede derselben bei den durch abnorme Säurebildung veranlassten Magen- und Darmerkrankungen die ersten Ursachen gehoben werden; dass durch jede auf Störungen der Verdauungsorgane und deren Appartinenzien günstig eingewirkt wird; dass jede gleichberechtigt ist, wo es sich um Herstellung der Diurese und Diaphorese handelt.

Hüten wir uns jedoch, die Wirkungen nur nach der Chemie zu deuten; wir würden dadurch einem Mysticismus verfallen, „der nicht besser ist, als der der Naturphilosophie“. Wir müssen uns eben an die Wirkungen der Quellen als Ganzes halten, um sicherer zu gehen. Wenn wir jedoch die Indicationen der sämmtlichen Lehrbücher und Badeschriften vergleichen, so findet man, dass in Carlsbad, Ems, Vichy und Neuenahr bei ein und denselben Krankheiten genau dieselben Erfahrungen und Erfolge angegeben werden; nur hat Ems angeblich mehr geleistet, wie die anderen Quellen in Kehlkopfkrankheiten und als Fruchtbarkeit spendende Najade; Vichy in Stein- und Nierenkrankheiten; Carlsbad zeichnet

sich aus durch seine Erregung der Defaekation, durch seinen direkten Einfluss auf die Funktion der Leber und die Resorption der Fettgebilde; Neuenahr durch seine Erfolge bei Magenkatarrh und Frauenkrankheiten.

Berücksichtigen wir aber die im Anfang erörterten klimatischen Verhältnisse, so ist Neuenahr durch sein mildes Klima anzurathen für Gicht- und Respirationskranke, welche zu Erkältungen disponiren. Es wird endlich, wenn wir von diesen, durch die Erfahrung und die Theorie festgestellten Punkten absehen, bei den übrigen durch die Natronquellen mit Nutzen zu behandelnden Krankheiten noch von anderen Voraussetzungen auszugehen sein, wenn es sich darum handelt, in welchem Kurorte ein Kranker am besten Hülfe sucht. Und da kommt in Betracht: die weitere oder kürzere Reise und der Kräftezustand des Kranken; der Kostenpunkt; das gesellschaftliche Leben.

Ems und Neuenahr liegen im Stromgebiete des Rheines, und sind von den meisten Gegenden Deutschlands, von England, Belgien und Holland leicht zu erreichen, während Vichy und Carlsbad für den Norden und den grössten Theil Deutschlands weite Reisen erfordern.

Der Kostenpunkt ist wohl in der ganzen Welt, wo es Verkehr und Hôtels gibt, so ziemlich gleich, ebenso auch in den Badeorten. Das gesellschaftliche Leben ist in seinen Reizen relativ, wie auch die Ansprüche an dasselbe. Was speciell Neuenahr betrifft, so kann man dort billiger leben, wie in irgend einer Stadt, indem man eine Stube mit voller Pension schon von 4 Mark an pro Tag erhalten kann, während es natürlich nicht ausgeschlossen ist, dass solche, welche höhere Ansprüche stellen, jeden Comfort finden können.

Specielle Indicationen für Neuenahr.

Ich beschränke mich darauf, jene Krankheiten anzuführen, welche vorzugsweise mit Erfolg hierselbst behandelt werden.

1) Magen- und Darmerkrankungen. Besonders chron. Magen-Katarrhe eignen sich gut zur Kur, namentlich wenn solche nicht mit heftigen entzündlichen Erscheinungen und Schmerzen auftreten, sondern mehr den sogenannten torpiden Charakter haben. Das mit diesen Leiden häufig verbundene Sodbrennen und Erbrechen verliert sich durch das Trinken des Brunnens gewöhnlich sehr rasch. Recht wirksam habe ich die Trinkkur auch erfahren bei dem chronischen Magenkatarrhe der Trinker mit dem jeden Morgen stattfindenden Erbrechen. Chronische Darmkatarrhe habe ich zahlreich mit Erfolg behandelt, namentlich solche, welche nach Ruhr zurückgeblieben waren, so bei Soldaten nach dem letzten Kriege und bei Holländern, welche in Indien an Dyssenterie erkrankt waren. Am meisten sind überhaupt zur hiesigen Kur solche chronische Katarrhe geeignet, welche mit Diarrhoen verbunden sind. Bei den Katarrhen mit Verstopfung muss Carlsbader oder Neuenahrer Sprudelsalz resp. Bittersalz dem Brunnen zugesetzt werden.

Allgemein stellt man die Brunnenkuren von Carlsbad, Marienbad, Franzensbad, Rohitsch bei Magenkrankheiten in erste Linie. Allein abgesehen davon, dass jede Mineralwasserkur hinsichtlich ihrer Wirkung auf den Chemismus des Magens controliert werden muss, so kommen ausserdem für die einzelnen Orte doch besondere Indicationen in Frage. Vor Allem betone ich gleich den Wärmegrad des Wassers. Bei nervöser Dyspepsie, bei Atonie und bei Hyperacidität ist das Durstgefühl gewöhnlich vermehrt. Nichts beseitigt schneller dies Symptom, als warmer Mineralbrunnen. Ausserdem wird warmes Wasser von jedem Magen leicht aufgenommen und wird auch rascher aufgesogen durch die Venen. „Dass nun eine Therme 37° oder noch mehr hat, kommt nicht in Betracht, denn für die Frage der Wärme eines Mineralbrunnens kann nur der allgemeine Grundsatz gelten: je grösser die Quantität des in kurzer Zeit genossenen Brunnens ist, um so mehr muss sich seine Temperatur der Blutwärme nähern.“ An den kalten Quellen wird deshalb das Wasser zum Gebrauch künstlich erwärmt. Neuenahr hat gerade die zusagende Wärme, nämlich Blutwärme. Mit überraschendem Erfolg werden deshalb die einfachen und chronischen Magenkatarrhe behandelt. Sodann die chronischen Magengeschwüre. In der Frühjahrsversammlung der Aerzte 1888 hielt Verfasser einen Vortrag bezüglich dieser Wirkung mit Anführung einer betreffenden Casuistik und erwähnte u. A. einer Dame, welche nach 25jährigem Leiden, nachdem sie in den verschiedensten Kliniken und Heilstätten Hülfe gesucht hatte; welche Morphinistin geworden war und nach der Ansicht ihres Hausarztes an Carcinoma litt; welche Alles ausbrach, wiederholt heftiges Blutbrechen hatte, welche ganz abgemagert und von Schmerzen gekrümmt, das Bild einer rettungslos Verlorenen darbot — nach einem allerdings Monate langen Kurgebrauche Neuen-

ahr ganz hergestellt verliess und jetzt noch nach vielen Jahren ganz gesund in Arnheim lebt. — Es ist ganz erklärlich, dass grade bei Magengeschwüren die alkalischen Quellen günstige Wirkung entfalten. Denn nach den Beobachtungen der neuesten Forscher ist das Magengeschwür das Sekundäre und die Hyperacidität das Primäre, ebenso wie man für Magenblutungen als verursachendes Moment die Bildung eines überaus sauren und stark verdauungsfähigen Magensaftes ansieht. Ein Zusatz von Natr. bicarb. zu dem Thermalwasser unterstützt in diesen Fällen die Wirkung. Magenblutungen verbieten den Gebrauch durchaus nicht. Eine zweite Gruppe von Magenerkrankungen, welche mit Erfolg hier behandelt werden, sind die neurasthenischen Formen und die Atonia ventriculi. Die letztere Krankheit kommt bekanntlich in neuester Zeit ungemein oft vor und zeichnet sich aus durch den zahlreichen Symptomen-Complex, durch die lange Dauer und den endlichen Ausgang in Anämie, Entkräftung und Abmagerung. Und zwar wirkt Neuenahr nach verschiedenen Seiten: 1) gegen die bei Atonie stets herrschende Hyperacidität; 2) gegen die Schlaflosigkeit durch die vollkommene Ruhe hierselbst und den reichen Ozongehalt unserer Luft; 3) durch die Enthaltsamkeit von allen geistigen Anstrengungen; 4) durch die freie Bewegung in unseren schönen Thälern und Bergen; 5) durch die manchfaltig gebotenen Mittel der verschiedenartigsten Bäder und hydrotherapeutischen, sowie der elektrischen und diätetischen Behandlung. Es ist in der That überraschend zu sehen, wie in vielen Fällen solche Kranke, nachdem sie Monate, ja Jahre lang gelitten, die verschiedenen Kuren und Heilmethoden versucht, hier in kürzester Zeit Besserung verspüren, Appetit bekommen, an Körpergewicht zunehmen und die alte Geistesfrische wieder gewinnen. Es würde zu weit führen, einzelne

Fälle, aufzuzählen, sonst könnte ich die auffälligsten Erfolge berichten. Jedenfalls kann ich versichern, dass das vollkommenste Resultat bezüglich einer vollendeten Heilung hierselbst zumeist bei Magenaffektionen zu constatiren ist.

2) Krankheiten der Leber und der Gallenwege. Fälle von Blutstauungen im Pfortadersystem, hervorgerufen durch sitzende Lebensweise, zu üppige Nahrung oder durch starken Genuss alkoholhaltiger Getränke und dadurch bedingter Leberanschwellung, eignen sich besonders gut für Neuenahr, zumal wenn sie zugleich mit Diarrhöe verbunden und wenn die Kranken zarter und schwächlicher Constitution sind. Jedoch auch die Fälle mit Verstopfung sind von der Kur hierselbst nicht auszuschliessen, da man durch Zusatz von Glauber-Salz die Behandlung beliebig modificieren kann.

Was nun die Krankheiten der Gallenwege (Gelbsucht) und die Gallensteine betrifft, so habe ich die Ueberzeugung gewonnen, dass das Neuenahrer Wasser nicht hinter den Quellen von Carlsbad und Vichy zurücksteht. Ich habe wiederholt Gelegenheit gehabt, Kranke an diesen Leiden zu behandeln, welche in Carlsbad und Vichy bereits die Kur gebraucht hatten und unserem Orte den Vorzug bezüglich des Erfolges gaben. Auch konnte ich jeden Sommer die Einwirkung der Thermen auf Gallenstein insofern constatiren, als sie bei Leuten, welche wegen Magenkrankheiten oder anderer Leiden die Kur gebrauchten und keine Ahnung von Gallensteinen hatten, letztere unerwartet zum Vorscheine und Abgang brachten.

Noch im vorigen Sommer behandelte ich hier einen Herrn, (Hr. K. aus Essen) welcher zu Hause an den heftigsten Colikanfällen gelitten hatte, und welcher, nachdem er in hiesiger Kur weit über 100 Gallensteine verloren hatte, gesund nach Hause gereist ist.

Die Ursache der Wirkung beruht wohl darin, dass, da die alkalischen Quellen die Alkaleszenz des Blutes vermehren, durch das reichliche Trinken derselben eine stärker alkalische Galle abgesondert wird, wodurch es möglich wird, Gallensteine zu lösen und zu verkleinern, so dass solche leichter entleert werden können.

3) Nieren- und Blasenkrankheiten. Bei der chronischen Erkrankung der Schleimhaut des Nierenbeckens und der Nierenkelche, namentlich wenn Steine die Ursache sind; sodann bei Nierenkolik, durch Nierengries oder Steine hervorgerufen, gestalten sich meine Erfahrungen hierselbst, je zahlreicher sie im Laufe der Jahre werden, um so günstiger. Meine Beobachtungen haben mich überzeugt, dass eine reichliche Trinkkur den Abgang der harnsauren Nierensteine und des Grieses, meist in schmerzloser Weise, bewirkt und auch die Neigung zur Bildung neuer Concremente auf längere Zeit beseitigt.

Bei Morbus Bright ist der Gebrauch unserer Quellen — als Trink- und Badekur — wenn das Leiden nicht zu weit vorgeschritten ist, von gutem palliativen Erfolg.

Die Blasensteine werden hier allerdings nicht, wie auch sonst nirgendwo, aufgelöst; der Harngries wird jedoch durch die vermehrte Urinausscheidung fortgeschwemmt, sowie durch Beseitigung des chronischen Katarrhes des Nierenbeckens oder der Blase die Tendenz zur erneuten Bildung von Steinen bekämpft. Bei Leiden dieser Art empfiehlt sich auf's Beste hierselbst eine Traubenkur als Nachkur, bei solchen, wo die Steinbildung durch phosphorsaure Salze entstanden ist, ist dieselbe namentlich anzurathen.

Bei nichtcompliciertem chronischen Blasenkatarrh hat sich, neben dem innern Gebrauch des Wassers, ein tägliches Aus-

spülen der Blase mit Sprudelwasser stets vom besten Heilresultate begleitet erwiesen.

4) Krankheiten der Luftwege, der Lungen und des Rippenfelles. Der grösste Procentsatz der von mir hierselbst innerhalb 18 Jahren behandelten Kranken fällt unter diese Rubrik. Am Günstigsten erwies sich der Gebrauch der Brunnenkur bei einfachen Kehlkopf- und Luftröhrenkatarrhen; in weitaus den meisten dieser Fälle pflegt Genesung zu erfolgen, selbst bei solchen mit bronchiectatischen Erweiterungen. Wenn jedoch zugleich tuberkulöse Geschwüre im Kehlkopfe oder Emphysem mit Störungen des Blutumlaufes im Herzen und den Nieren bestehen, so kann nur eine Linderung des Leidens hier erwartet werden.

Die chron. Katarrhe bei einfachem Emphysem, selbst wenn heftige Asthmaanfälle bestehen, werden nach meiner Erfahrung mit bestem Resultate hier behandelt.

Gegen die ausgeprägte Lungenschwindsucht vermag keine Quelle Etwas. Die Tuberkelbacillen lassen sich nicht auf so leichte Weise tödten. Neuenahr ist daher für ausgesprochene Phtisis nicht anzurathen. Das Einzige, was man in solchen Fällen hier erlangen kann, ist partielle Hülfe gegen den begleitenden Luftröhren- und Magenkatarrh, eine Kräftigung des Allgemeinbefindens durch Landaufenthalt und gutes Klima. Das Wassertrinken jedoch verbietet sich in vielen Fällen, besonders bei Neigung zum Blutauswurf. Kommen solche Kranke her, so müssen sie eben nach den allgemeinen rationellen Grundsätzen behandelt werden und daran denken: „dass es jedenfalls die Hauptsache bleibt, dass die Kranken, wo sie sich befinden, verständig leben und unter der Aufsicht eines verständigen und strengen Arztes stehen.“ (Niemeyer.)

In jener grossen Anzahl von Fällen jedoch, welche man

mit dem Namen Spitzenkatarrh, chronische Pneumonie, Lungenverdichtung &c. bezeichnet, wo die Krankheit — möge es nun eine peribronchitische, interstitielle oder eine käsige Pneumonie sein — noch in den Anfangsstadien sich befindet, kann Stillstand, ja Heilung der Krankheit erfolgen. Habe ich doch die Erfahrung in meiner eigenen Familie, an meiner Gattin, welche wegen einer Verdichtung in der rechten Lungenspitze vor 23 Jahren von Herrn Professor Rühle nach Neuenahr geschickt, hier vollständige Heilung erlangte und dadurch meine Uebersiedlung hierhin veranlasste. Das Einathmen unserer schönen, reinen Luft, stete Bewegung im Freien, zweckmässige, kräftige Ernährung, unter Umständen Lungengymnastik, Gebrauch des Waldenburg'schen pneumatischen Apparates unterstützen die Mineralwasserkur. Der innere Gebrauch des Brunnens wirkt durch Anregung des Appetites und der Verdauung, Verbesserung der Blutmischung, vielleicht auch direkt durch Vermehrung des Blutzuflusses zu den Lungen. Eine wichtige Beigabe zu den Kurmitteln dieser Erkrankungen bildet die kalte Brause und die Brehmer'sche Douche. Dieselbe erregt in hohem Grade die Athemnerven, bewirkt tiefes und vermehrtes Athmen und stärkere Herzthätigkeit. Ausserdem wird das Nervensystem erregt und gestärkt, die Hautthätigkeit vermehrt und die Widerstandskraft der Haut erhöht. Ich habe in der That durch Anwendung des in den geschlossenen Heilanstalten geübten Verfahrens schon seit dem Beginne meiner ärztlichen Thätigkeit hierselbst (1868) die schönsten Resultate, wenn leider auch meist nur temporäre, erreicht.

Für ideopathische Rippenfellentzündungen und Ausschwitzungen eignet sich Neuenahr sehr gut. Letztere werden theils durch vermehrte Urinauscheidung vermindert, theils wird die Heilung herbeigeführt durch Hebung der Verdauungs-

störungen und des gewöhnlich zugleich bestehenden Luftröhrenkatarrhes. Wo jedoch die Erkrankung Folgezustand von Lungenerkrankung ist, da hilft eine hiesige Kur nicht.

5) Rheumatismus und Gicht. Allgemein werden die alkalischen Mineralwasser als das beste Medikament gegen die Gicht gehalten und hat Dr. Pfeiffer im 8. Congress für innere Medicin*) in überzeugender Weise dieses dargethan. Nach den Versuchen Pfeiffer's fand sich bei Gichtkranken nach 20 Badetagen im Kochbrunnen (27° R. u. 30 Min.) die tägliche Harnsäure im Vergleich zu der vor Beginn der Badekur ausgeschiedenen stets beträchtlich vermindert. In den meisten Fällen sank sie bis auf die Hälfte, in einzelnen bis auf Spuren herab. Also nicht nur die rationelle innere Anwendung der alkalischen Quellen, sondern auch dieBadekur als solche muss als hervorragendes Mittel angesehen werden, die harnsaure Diathese beim Gichtkranken zu beseitigen. In der That sind die Erfolge bei Gicht hierselbst vorzügliche. In den letzten Jahren sind unsere Quellen in der That von solchen Patienten, die an chronischem Rheumatismus und Gicht litten, selbst aus England und Belgien, immer mehr und, wie ich zufügen kann, meist mit Erfolg besucht worden. Zu erwähnen ist allerdings, dass Lebensweise und Diät conform eingerichtet werden müssen, sowie dass eine nach Tagen abgezählte Kur nicht ausreichend ist, sondern dass solche jährlich wiederholt, resp. dass das Neuenahrer Wasser auch zwischenzeitlich durchgetrunken werden muss.

6) Frauenkrankheiten. Einfacher und chronischer Gebärmutterkatarrh und Scheidenkatarrh. Bei diesen Erkrankungen wurde ich durch überraschend günstige Resultate erfreut, und dies um so mehr, als ich in meiner früheren

*) Verhandlungen des Congresses für Med. 1889.

Stadt- und Spitalpraxis, hauptsächlich mit Frauenkrankheiten beschäftigt, gar oft durch die schwierige und langsame Heilung dieser Zustände von deren unangenehmen Hartnäckigkeit mehr als überzeugt war. Allerdings ist auch hier die lokale Behandlung in zweiter Linie zu berücksichtigen.

7) Zuckerharnruhr. Einen grossen Ruf hat endlich Neuenahr bei Diabetes mellitus in letzterer Zeit bekommen und sind unsere Quellen Rivalen der Carlsbader geworden und werden dieselben jährlich immer mehr besucht und selbst von solchen, welche bisher nach Carlsbad gingen. Als Grund gibt man an, dass Carlsbad zu sehr schwäche, Neuenahr hingegen belebe und kräftige. Ohne die Wahrheit dieser Angabe vertheidigen zu wollen, so kann man doch erfahrungsgemäss behaupten, dass durch die Kur in Neuenahr in weit aus den meisten Fällen die Ausscheidung des Zuckers vermindert, resp. sistirt wird. Man muss sich allerdings bescheiden, die stürmischen Erscheinungen zu mildern, das Allgemeinbefinden und den Kräftestand zu heben, den ganzen Verlauf zu hemmen resp. die Krankheit für längere Jahre latent zu machen. Auch hier ist eine stete Wiederholung der Kur anzurathen. In der That haben wir bereits eine erkleckliche Anzahl solcher diabetischer Stammgäste zu verzeichnen.

Prof. Leichtenstern spricht in seiner Balneotherapie sich allerdings sehr skeptisch über die Heilquellenwirkung bei Diabetes aus und adoptirt sogar die Angabe von Riess, dass die Thermen von Carlsbad direct schädlich seien. Er fügt hinzu: „Meine Versuche mit vermehrtem Wassertrinken bei gleichbleibender Diät und Lebensweise der Diabetiker haben mich gelehrt, dass reichlicherer Wassergenuss (und zwar in allen meinen Versuchen) von einer reichlicheren Zuckerausscheidung begleitet war.“ Ich stimme dem gerne

bei, dass in gewissen Fällen, namentlich den Fällen schwerer Form, Mineralwasserkuren schädlich sein können, namentlich, wenn man solche durch „vermehrtes Wassertrinken“, durch „reichlicheren Wassergenuss“ zu bewerkstelligen sucht. Wir wissen ja, dass die Absorption eines Wassers im Magen um so langsamer erfolgt, je mehr Salze dasselbe enthält, und dass gar keine Aufsaugung stattfindet, wenn die eingenommene Flüssigkeit mehr von dem Salze enthält als das Blut; dass dann sogar von dem Blute Wasser in den Magen und Darm abgeschieden und dadurch Purgiren veranlasst wird, ein Resultat, welches bei stark salzhaltigem Brunnen rasch und prompt erreicht wird. Für einen Diabetiker passt dies durchaus nicht; jegliche Schwächung des Organismus wirkt hier direct nachtheilig. Wenn daher ein Diabetiker an unseren Heilquellen die Kur gebraucht, so wird demselben in den seltensten Fällen reichlicheres Wassertrinken angerathen. Im Gegentheil: gleichwie ich denselben, wenn sie zu grossen Appetit haben, von vorne herein die Zügelung der grossen Esslust dringend anrathe und eine bestimmte, knappe Diät strict vorschreibe, ebenso lasse ich nur kleine Quantitäten des Mineralbrunnens, jedoch oft und über den ganzen Tag vertheilt, trinken. Ein Hauptstreben wird ja immer sein, den grossen Durst, wo er besteht, zu beschränken. Und dies erreichen unsere Heilquellen in vorzüglicher Weise, und zwar durch zwei Ursachen: erstens weil sie durch den geringen Salzgehalt und den reichen Kohlensäure-Gehalt sehr rasch resorbiert werden und zweitens weil sie warm sind. Bezüglich letzteren Umstandes kann man ja leicht den Versuch mit kaltem und warmem Wasser bei einem Diabetiker machen. Es ist denn auch in der That überraschend, wie die meisten Kranken nach den ersten Tagen ihrer Kur hierselbst viel von ihrem Durste, einzelne — und dies sind prognostisch günstige Fälle —

ihn sogar gänzlich verlieren. Wir überheben uns deshalb nicht, wenn wir der Heilwirkung der alkalischen Quellen bei Diabetes eine hervorragende Stelle vindicieren. Prof. Leichtenstern sagt übrigens selbst an einer anderen Stelle: „Der Genuss der alkalischen Wasser kann im Diabetes nur dadurch günstig wirken, dass dadurch gewisse, den Diabetes begleitende krankhafte Zustände (Constipation, Magenkatarrh u. s. w.) vermindert oder beseitigt werden. Ja, da sind wir alle darin einverstanden, dass in den Heilquellen ein specifisches Mittel gegen den Diabetes nicht gesucht werden kann. Denn wie noch keine Theorie über diese Krankheit bis jetzt allgemein angenommene endgültige Beweiskraft gefunden hat, so ist noch weniger vorläufig ein für alle Fälle wirksames specifisches Heilmittel zu erwarten. Einstweilen können wir nur symptomatisch verfahren und folgerecht auch diejenigen Fälle an unseren Heilquellen behandeln, welche dahin passen. Und ich kann gleich die Behauptung aufstellen, dass ausser den gasterogenen Fällen alle leichteren hinpassen; die Erfolge, welche jährlich erzielt werden, sind der beste Beweis für diese Behauptung. Und wenn Senator eine Lanze für die alkalischen Heilquellen bricht, „indem er es nicht für gerechtfertigt hält, den Mineralquellen alle und jede günstige Wirkung abzusprechen, und zwar aus dem Grunde, weil sie eine unbestrittene Wirkung auf die Verdauungsorgane haben und einen mächtigen Factor zur Bekämpfung von Störungen in denselben bilden, und weil eben solche Störungen in vielen Fällen von Diabetes eine Rolle spielen", so kann ich diesem richtigen und gerechten Ausspruche noch die Worte Frerichs zufügen: Die alkalireichen Mineralwasser, Carlsbad, Neuenahr, Vichy sind von viel grösserem Werth für die Behandlung dieser Krankheit, als das einfache Natroncarbonat. Es unterliegt nach meinen zahlreichen Erfahrungen keinem

Zweifel, dass durch den Gebrauch dieser Brunnen die diabetischen Störungen bald ganz, wenn auch nur für eine gewisse Zeit beseitigt, bald wenigstens wesentlich herabgesetzt werden.“ Ich kann hier versichern, dass meine viele hunderte von Fällen übersteigende Erfahrung den günstigen Einfluss unserer Quellen auf den Verlauf, wie auch Heilung dieser Krankheit ausser Frage gestellt hat. Seit Dr. Weidgen im Jahre 1861 mit gutem Erfolge den ersten Diabetiker hierselbst behandelt und die erste Veröffentlichung im Jahre 1865 über die günstigen Resultate bei dieser Krankheit stattgefunden hat, sind zahlreiche Fälle dieser Krankheit aus aller Herren Länder mit bestem Resultat hier zur Kur gewesen. Ich bin trotzdem weit davon entfernt, die Zuckerharnruhr als Hauptindikation für Neuenahr zu bezeichnen. Denn andere unter den oben erwähnten Indikationen angeführte Krankheiten, namentlich die des Magens, bieten ein günstigeres, entschieden besseres Objekt für erfolgreiche Behandlung und dauernde Heilung, als der Diabetes.

8) Endlich ist Neuenahr für viele jener Erkrankungen indiciert, welche durch fehlerhafte Blutmischung, schlechte Ernährung, Ueberarbeitung, allgemeine Entkräftung &c. entstanden sind. Hierher können gezählt werden die verschiedenen Neuralgieen, Migräne, Spinalirritation, wie solche im Bereiche der Hysterie liegt und die gelinderen Formen hypochondrischer Reizbarkeit, sowie die Unzahl jener Leiden, welche das heutige Geschlecht vorzugsweise heimsuchen und welche man mit dem Allgemeinnamen Neurasthenie bezeichnet.

Zudem eignet sich Neuenahr zu Terrainkuren (nach Oertel) für Kranke mit Circulationsstörungen vorzüglich. Die bis 400 M. ansteigenden Höhenzüge bieten in ihrer Manchfaltigkeit Gelegenheit genug zu Steigübungen. Die 3 Haupterfordernisse zu einem Terrainkurorte: Sauerstoffreichthum,

Trockenheit, Staubfreiheit der Luft, sind vorhanden. Die Wege in den Bergen sind allerdings nicht „des Schweisses des Edelen werth“; trotzdem bringen sie das Schwitzen beim Begehen doch redlich zu Stande. Und das ist ja dabei nothwendig.

Die Badekur.

In unserem realen Zeitalter findet der Spiritualismus und die Naturphilosophie einen höchst sterilen Boden. Namentlich in den medicinischen Gebieten ist man auf's Eifrigste bestrebt, dieselben nur durch exakte Forschungen zu bebauen. Um so mehr ist zu bedauern, dass diese Art der Forschung der Balneologie lange ferngeblieben ist. Daher die vielen dunklen Capitel, daher so viel Wahrheit und Dichtung in dieser Branche. Den Hauptgrundpfeiler derselben bietet für Viele die Erfahrung. Diese hat jedoch auch jeder Charlatan, jeder Wasserdoctor und jede Sympathiebase für sich. So schloss man denn, allein durch die Erfahrung veranlasst, indem man sah, dass ein Bad, aus Sool-, Eisen-, Natron- oder Schwefelwasser, nicht nur nach den je verschiedenen Bestandtheilen, sondern selbst nach je dem Kurorte, wo die Quelle emporrieselte, auch je verschiedene specifische Wirkungen erzielte: dass durch die direkte Einwirkung der Bestandtheile vermittelst deren Uebergang aus dem Bade in's Blut die einzelnen Bäder wirkten und man sie daher in specifische Heilmittel eintheilen könne. Nach der allgemeinen Ansicht eines grossen Theiles des Publikums ist dies jetzt noch höchst selbstverständlich und natürlich. Es liegt meiner kleinen Arbeit fern,

hier über die physiologische Wirkung eines Bades zu sprechen. Nur das will ich andeuten, dass ausser der Temperatureinwirkung der Bäder; der Contactwirkung auf die Haut; dem Druck, den sie auf den Körper ausüben (im Vollbad etwa 1680 Pfd.; der Fähigkeit, die peripherischen Nervenendigungen in einen Zustand der Quellung zu versetzen: einer gewissen Adhäsivwirkung der im Badwasser enthaltenen Stoffe auf der Haut; endlich gewissen electrischen Einflüssen, welche die Mineralwasser entwickeln: die Heilwirkungen der Bäder wahrscheinlich zum grössten Theil in dem Einfluss der Gase bestehen, welche sie enthalten. Denn weder vom Wasser, noch von einem anderen Stoffe in demselben ist es erwiesen, dass eine Aufnahme in's Blut durch die Haut im Bade stattfindet; constatirt ist nur, dass die Gase durch die Haut aus dem Bad in die Blutbahn gelangen. Und zwar geschieht dies von der Kohlensäure derart, dass man durch Wasserbäder, welche eine beträchtliche Menge freier Kohlensäure enthalten, dieselben Wirkungen erzielt, als wenn man die Kohlensäure durch den Magen einführt. Die Heilkraft beruht jedoch nicht ausschliesslich auf der Kohlensäure, sondern in der Verbindung derselben mit den verschiedenen Salzen, wodurch erstere noch vermehrt, wodurch aber auch die verschiedenartige Einwirkung der kohlensäurehaltigen Eisen-, Sool- und Alkalien-Quellen bedingt wird. Je reicher bei alkalischen Quellen der Kohlensäuregehalt ist, um so höher ist die Heilkräftigkeit zu erachten. Daher erklärt sich denn auch der Ruf der warmen Natronquellen als Heilbäder, während die kalten mehr zu Trinkkuren benutzt werden. In der That ist der Bäderconsum grade in unseren Kurorten ein grosser und steigender, während er an den kalten Natronquellen, welche zum Badegebrauch erwärmt werden müssen und dadurch einen grossen Theil der Kohlensäure verlieren, ein beschränkter bleibt. In Bezug

auf solche Thermen ist es jedoch wieder nicht einerlei, ob das Wasser eine weite Leitung bis zu den Bassins zu durchlaufen hat, ob es direkt aus der Quelle in das Badehaus kommt, ob es mit anderem Wasser vermischt wird, ob es in einem Reservoir abgekühlt wird.

In Neuenahr sind die Verhältnisse, sowie die Einrichtungen gleich vorzüglich. Das Wasser wird direkt in das Badehaus geleitet. Braun sagt über unsere Bäder im Verhältniss zu denen in Ems: „Verfasser hat in einer Reihe von Bädern in Ems nicht im Geringsten eine Wirkung der Kohlensäure verspürt, während er in Neuenahr den Eindruck des Gases lebhaft empfunden hat.“

Die gewöhnliche Wahrnehmung, welche man in unseren Bädern macht, ist folgende. Nach kurzem Aufenthalt im Bade stellt sich durch die reizende Einwirkung der Kohlensäure auf die äussere Haut ein leichtes Prickeln ein, welchem eine Röthung der Haut folgt. Durch die erhöhte Hautthätigkeit wird nicht nur der Stoffwechsel verbessert, sondern auch eine Ableitung nach Aussen bewirkt zu Gunsten erkrankter hyperämischer Organe. Andrerseits bewirkt der Reiz auf die Haut durch Reflexerregungen seitens der Centralorgane eine vortheilhafte Anregung des Kreislaufs des Athemprocesses und der Verdauung. Ausserdem wird ein grosser Theil der Kohlensäure durch die Haut, ein anderer durch das Einathmen der dem Wasser entsteigenden Kohlensäure resorbirt und erregt dann, so lange nicht eine Resorption im Uebermass stattfindet, jenes lebhaftere Funktioniren sämmtlicher Organe, welches oben als Wirkung der Kohlensäure kurz angedeutet wurde. Das alkalische Wasser selbst macht die Haut weich und elastisch. Daher jenes wohlige Gefühl des Behagens in einem solchen Bade, daher die erfrischende Wirkung durch dasselbe, daher die gesteigerte Esslust nach demselben.

Im badenden Publikum ist die falsche Ansicht vorhanden, dass durchweg alle warmen Bäder schwächend wirken; von den kohlensäurehaltigen warmen Bädern muss man sicher das Entgegengesetzte behaupten. Ich habe öfter den Versuch gemacht und mich nach starken Fusstouren und strapaziösem Tagewerk eine halbe Stunde lang bei 28° R. gebadet und stets gefunden, dass nach dem Bade meine Müdigkeit fast verschwunden war.

Es ist natürlich, dass die Einwirkung der Kohlensäure eine sehr verschiedene ist, je nach der Art des Bades; bei der Douche und dem Staubbade wird eine grössere Menge Kohlensäure frei. Je besser die Vorrichtungen für die verschiedenen Badearten sind, desto leichter ist die Anwendung derselben zu regeln, desto sicherer der Erfolg in den einzelnen Krankheitsformen von der für den individuellen Fall passend gewählten Badeform zu erwarten. Es würde zu weit führen, wollte ich die Indicationen für jede einzelne der letzteren angeben. Ich halte dies auch durchaus nicht für gut. Denn ebensowenig man für die Trinkkur einer Quelle eine normale Schablone aufstellen kann, ebensowenig für das Baden. Grade im Individualisieren, im Bestimmen des für jeden einzelnen Fall Nothwendigen liegt die heilkräftigste Potenz der ärztlichen Wirksamkeit. Ausserdem sind die manchfachen, den einzelnen Krankheiten angemessene Methoden der Anwendung der Badekur von grösster Wichtigkeit für den Erfolg.

Ueber einige Vorurtheile, betreffend die Bäder, möchte ich noch einige Worte beifügen. Ueber die Ansicht, dass das Wasser oder Bestandtheile desselben durch die Haut aufgesogen werden können, ist bereits oben gesprochen worden. Und wenn da Jemand vermeinen sollte, in Carlsbad würden ihm andere Stoffe aus dem Bade zugeführt, als in Ems oder

Neuenahr, so ist dies ein Irrthum, denn als alkalische Bäder wirken sie alle gleichartig, und der geringere Gehalt an Salzen dürfte in Neuenahr grade durch den stärkeren Gehalt an Kohlensäure ausgeglichen werden. Bei den Fällen, wo durch Baden allein besondere Resultate bei der einen oder andern Krankheit erlangt werden, sind sicher noch andere Faktoren in Mitthätigkeit, welche cumulativ zu dem Erfolg beitragen.

Ist jener Irrthum durch seine altersgraue Tradition fast dogmatisirt und daher verzeihlich, so ist ein anderer Glauben von der Bäderwirkung zwar nicht so alt, aber durch seine Verbindung mit der heiligen Zahl 7 vom Publikum nicht minder hochgehalten; es ist dies der Glaube von den 21 oder 28 Bädern. Es ist mir zwar nie klar geworden und ebensowenig hat mir irgend Jemand es verrathen können, woher dieser fromme Glauben kommt. Aber sicher ist, dass ein grosser Contingent des Badepublikums daran festhält, dass 21 oder je nachdem 28 Bäder die alleingesundmachende Dosis seien. Man kann aber in keinem einzigen Falle vorherbestimmen, wie viele Bäder nothwendig sind; es richtet sich dies nach der Individualität, der Krankheit, der fortschreitenden Genesung und nach den äusseren Einflüssen der Witterung. Es muss eben nur Sache des Arztes sein, zu bestimmen, wie oft und wie lange ein Kranker baden soll. Mancher hat nach gewissenhaftem Abbaden seines normalen Pensums von 21, ungeheilt und mit einer verächtlichen Meinung über die Wirksamkeit der Therme, dem Kurort den Rücken gewandt, während er vielleicht nach Gebrauch von 30 oder 40 Bädern geheilt abgereist wäre; ein anderer sucht mit Eifer und Energie seine Kur mit 28 Bädern zu effectuiren und das 1. Bad ist ihm schon schädlich.

Bei dieser Gelegenheit kann ich nicht umhin zu gestehen,

wie man oft erstaunen muss über die Anmuthungen, welche man an die Najaden stellt: nachdem man Jahre lang krank gewesen, früher vielleicht nie ein Bad genommen hat, verlangt man, dass die freundliche Nymphe mit 21 Abwaschungen allein alles Siechthum fortschwemme! Leider gehen dieselben so ohne alles weitere hierauf nicht ein; unsere Najaden leben nur der ungebundenen Freiheit und kennen kein einengendes Gesetz, keine bindende Norm; sie erinnern sich lieber der schönen Zeit des heitern Götterlebens in Griechenlands Hainen und spotten des heutigen Geschlechtes ob der Mythen, die es ihnen andichtet, Mythen, welche, leider nicht so sinnig und sinnenumstrickend wie ehemals, sondern mit blöden Sinnen gesucht und vererbt, nur den wirklichen Blödsinn erzählen.

Eine andere irrige Ansicht ist, dass nur die Bäder, welche am Vormittage genommen werden, die heilkräftigen sind, dass sie jedenfalls besser sind, als die am Nachmittag oder Abend genommenen. Abgesehen von der Regel, nicht direkt nach der Mahlzeit zu baden, und von den Fällen, in welchen man, je nachdem man dem Körper Wärme zuführen oder solche entziehen will, die Stunde am besten abwartet, wo die Wärmeproduktion des Körpers am geringsten oder höchsten ist, so ist es für die Wirkung eines Bades ganz gleichgültig, zu welcher Zeit dasselbe genommen wird. Einer kräftigen Constitution wird man das Baden vor dem Frühstück erlauben; einer empfindlichen, zarten kurz vor dem Schafengehen es empfehlen. Am sichersten fährt jedenfalls der Kranke, welcher seiner Heilung wegen eine Therme besucht, wenn er alle näheren Anordnungen dem Arzte zu bestimmen überlässt.

Die Massage.

Diese uralte Heilmethode, welche bereits bei den Chinesen Tausende von Jahren v. Chr., sowie bei den alten Persern, Griechen und Römern ausgeübt wurde, ist erst in letzterer Zeit in Frankreich wieder zu Ehren gebracht und von hier aus über ganz Europa verbreitet worden, namentlich durch das Verdienst des Dr. Metzger, früher in Amsterdam, jetzt in Wiesbaden.

Die Massage besteht aus Bewegungen, wie Streichungen, Reibungen, Klatschungen, Drückungen, Schlagungen, Knetungen, welche an dem Patienten, ausgeübt werden und welche direkt auf die Weichtheile und Knochen einwirken. — Hauptsächlich kommen in Betracht die centripetalen Streichungen, welche krankhafte Flüssigkeitsansammlungen von der kranken Stelle entfernen resp. direkt in die sie abführenden Lymphgefässe hineinpressen sollen. Besonders zu erwähnen ist die lokale Unterleibs-Massage. Dieselbe dient zur Herbeiführung einer regelmässigen Darmfunktionirung. Verstopfungen, welche Jahre lang jeder medicamentösen Behandlung hartnäckig getrotzt haben, werden durch sie sicher und dauernd in Zeit von 1 — 2 Monaten beseitigt. Ausser der lokalen, zur Beseitigung specieller krankhaften Zustände angewandten Massage

gibt es die sogenannte allgemeine Massage. Dieselbe besteht in einer Durchknetung der Haut und sämmtlicher Muskeln (resp. Klopfung, Streichung oder anderer Manipulationen) des ganzen Körpers, wodurch eine passive Bewegung dieser Theile hervorgerufen wird, welche die in vielen Fällen durch Ermüdung schädigende aktive Bewegung vortheilhaft ersetzt. Die allgemeine Massage dient zur Erregung eines energischen Stoffwechsels und zur Beförderung der normalen physiologischen Vorgänge im Organismus. Die Fälle, welche in Neuenahr vermittelst dieses Verfahrens hauptsächlich behandelt werden, sind Blutarmuth, durch Krankheit herbeigeführte allgemeine Schwäche, Rheumatismus, Neurasthenie und Diabetes.

Es gilt auch hier der Satz: Eines schickt sich nicht für alle und es wäre daher gewiss thöricht, z. B. jeden Diabetiker nach der Schablone zu massieren.

Die Massagekur ist in den geeigneten Fällen als ein wichtiges Unterstützungsmittel der Badekur zu betrachten, namentlich der Douchen, und erreicht man durch die Verbindung beider Kuren Besserung und Heilung schneller und gründlicher, als wenn man eine derselben allein anwendet.

Am Besten wird die Massage nach dem Bade ausgeübt. Jedenfalls ist dies besser und für den Patienten angenehmer, als im Bade selbst. Der Patient muss dabei auf einem Ruhesopha, oder noch besser im Bette liegen. Ob die Massage auch an Tagen, wo der Patient nicht gebadet hat, angewandt werden muss, ob täglich zweimal, ob sie ein um den anderen Tag erst nöthig ist, dies muss in jedem einzelnen Falle bestimmt werden.

Die Trinkkur.

Es steht wohl ausser Zweifel, dass der Erfolg der Kuren in den Badeorten zum grossen Theil auf Rechnung der Trinkkur gesetzt werden muss. Der richtige Gebrauch des Wassers wird demgemäss die Heilung auch mehr oder weniger modificieren. Nachdem die Indicationen für Neuenahr oben angeführt worden, kann ich mich nur auf den Gebrauch der Kur selbst und deren Modificationen beschränken.

Im Allgemeinen tritt der Kurgast mit soldatischer Pünktlichkeit Morgens um 6 und Abends um 5 Uhr am Brunnen an, trinkt mit Präcision und Wohlbedacht seinen Becher aus, läuft dann im Geschwind- oder langsamen Schritt, je nachdem seine Verhältnisse es ihm erlauben, eine Viertelstunde genau ab, um von vorne wieder zu beginnen. — Pünktlichkeit ist gewiss zu Allem gut; besser aber ist es, wenn man in der Lage sein kann, sämmtlichen Verhältnissen Rechnung zu tragen, und der Kurgast richtet unter anderem sich oft besser nach seinem Befinden oder dem Wetter als nach der Uhr. Ein methodischer Gebrauch des Wassers als Heilmittel ist wohl gebräuchlich: allein eine Art ceremoniellen Cultus während der Kurstunden mit demselben verbinden, ist zur heilkräftigen Wirkung durchaus nicht nothwendig. Wichtiger

ist es, zu wissen, wann man die Kohlensäure entfernen muss, wann man das Wasser abkühlen, wann man es kalt trinken muss. Kranke, welche viel Wasser trinken sollen, können sich desselben als Genussmittel während ihrer Mahlzeiten und ihres Hausaufenthaltes passend bedienen. Wie viel Wasser während des Tages zu trinken ist, hängt von der Krankheit und der Individualität ab. Sicher ist, dass von den alkalischen Wassern oft grosse Mengen vertragen werden können. So trank ein Pfarrer in Carlsbad während seiner Kur täglich 84 Becher oder 10 Liter Sprudel, ein anderer Kranker 70 Becher. — Werden jedoch grössere Massen in kurzen Pausen getrunken, so treten leicht gefährliche Zustände, selbst Schlaganfälle ein.

Die passendste Zeit zum Trinken ist Morgens vor dem Frühstück. Es ist am Besten, die Anzahl der Becher, welche vom Arzt zum Trinken verordnet sind, in grösseren Intervallen vor dem Frühstück zu nehmen. Die eigene Beobachtung gibt in Betreff des speciellen Verhaltens den besten Fingerzeig. Wird das Wasser schnell resorbiert, ohne jegliche Belästigung, so können die Intervalle kurz sein; geschieht die Resorption langsamer, so seien die Pausen lang oder man trinke nochmal zwischen Frühstück und Mittagessen. In den Abendstunden sollen nur diejenigen trinken, welche dem Körper eine grössere Quantität Wasser zuführen müssen. Jedenfalls ist es rathsam, kurz vor dem Abendessen, besonders wenn man noch während des Nachmittags eine Collation sich erlaubt hat, nicht viel Wasser zu trinken. Ich habe wenigstens in solchen Fällen und bei den verschiedensten Krankheiten unangenehme Zufälle, namentlich Aufregung und Schlaflosigkeit beobachtet.

Schwächlichen Patienten ist anzurathen, vor dem Trinken Morgens eine Tasse Thee oder Kaffee zu nehmen. Diese

wird so rasch aufgesogen, dass sie der Wirkung des Mineralbrunnens durchaus nicht hinderlich ist, während in manchen Fällen der nüchtern fortwährend getrunkene Brunnen vom Magen schwer und langsam verdaut wird und die verschiedensten Belästigungs-Symptome hervorruft.

Was nun das Promenieren während des Wassertrinkens betrifft, so beschränkt sich dessen Vortheil allein darauf, was man überhaupt durch Promenieren ohne Trinkkur auch sonstwo zu erreichen sucht. Denn die Aufsaugung des Wassers aus dem Magen wird durch diese Bewegung nicht im Geringsten befördert. Das alkalische Wasser wird an und für sich so leicht resorbiert, dass man durch Turnen dieser Funktion wohl selten zu Hülfe zu kommen braucht. Und sollte das Wasser unaufgesogen längere Zeit im Magen verweilen, so wird durch eine stärkere oder geringere Körperbewegung das Missbehagen und die Magenbelästigung durchaus um keine Minute früher beseitigt. Man erreicht in vielen Fällen, namentlich hier in Neuenahr, wo so viele sehr schwächliche Kranken hinkommen, dass man die in der Nacht erfolgte Erquickung durch die in den ersten Tagesstunden und nüchtern gemachten Marschübungen illusorisch macht und den Kranken wo möglich noch mehr herunterbringt, anstatt ihn zu kräftigen.

Der Usus, nach dem Wassergenuss noch eine Stunde bis zum Frühstück zu warten, hat jedenfalls keine physiologische Begründung; ich glaube im Gegentheil, dass ein gehöriger Appetit, welcher ohne Noth eine Stunde hintangehalten wird, auf Geist und Körper eher nachtheilig einwirkt. Wenn Jemand von unseren Quellen nicht ganz enorme Mengen verschluckt, so kann er sicher sein, dass auf dem Wege von der Trinkhalle zum Hôtel die fast vollständige Aufsaugung des Wassers erfolgt ist.

Der Zusatz von Milch zu den alkalischen Wassern vermindert allerdings etwas die leichte Aufsaugung des Wassers, indem die Milch die Funktion der Magenschleimhaut vorerst in Anspruch nimmt. Dahingegen erreicht man dadurch, dass statt eines Heilmittels, zugleich ein Nahrungsmittel eingeführt wird. Wenn jedoch nicht besondere Anzeichen für diese Mischung bestehen, so thut man besser, die Milch nachher zum Frühstück, oder noch besser zum Abendbrod, und das Wasser pur zu nehmen.

Der Zusatz von Molken — durch den Gehalt der Salze selbst ein halbes Mineralwasser — hat in vielen Fällen, ausser dem schlechten Geschmack, eine Dyspepsie, und nach länger fortgesetztem Gebrauch eine Diarrhoe im Gefolge, ist also in allen Fällen, in welchen Kranke eines Magenleidens wegen zur Kur kommen, zu vermeiden. Bei einzelnen Lungenerkrankungen jedoch hat die Mischung unseres Wassers mit Molken, bei gehöriger Ueberwachung angewandt, ganz gute Resultate erreicht.

An dieser Stelle kann auch die Verbindung einer Traubenkur mit einer modificierten Trinkkur unserer Quellen kurz erwähnt werden. Gleichwie die Diät beim Gebrauche unserer Quellen den Genuss des Obstes nicht absolut ausschliesst, so wird, wenn ich eine Trauben- und Trinkkur eines alkalischen Wassers verbinde, dieses nicht unlogisch erscheinen, eher möchte es unlogisch sein, Traubenkuren der Säure wegen zu verbieten, die Molken aber zu gestatten, und doch veranlassen wir durch diese eine reiche Milchsäurebildung im Magen. Ob aber Milchsäure oder Weinsteinsäure, dies ist gewiss in dem Falle, wo man der Säure wegen etwas verbietet, ganz gleichgültig. Das weiss ich jedoch aus Erfahrung, dass Milchsäure, dem Magen durch Molken zugeführt, die Verdauung herabsetzt, während Weinsteinsäure auf die Verdauung

und den Appetit günstig wirkt. Der Salz- und Zucker- und gar der Eiweissgehalt der Molken zu den Trauben kommt hierbei nicht in Betracht, da sie darin nur quantitativ und nicht einmal sehr viel verschieden sind; nur im Zuckergehalt stehen die Trauben viel höher wie die Molken (erstere enthalten etwa 150 Grm. auf 1 Pfund, letztere noch nicht 30 Grm.), ein Umstand, der grade jeder Voraussetzung gemäss zu Dyspepsie beitragen müsste. Doch ich kann gestehen, dass in den Fällen, in denen ich die Traubenkur geleitet habe und als Trinkwasser und Tischgetränk unseren Sprudel reichlich trinken liess, ich in den gesetzten Erwartungen nicht getäuscht wurde. Die von mir gehegte Hoffnung, grade hierin viele Beobachtungen machen zu können, da unsere vorzüglichen und im September schon reifen, verschiedenen Traubensorten eine Traubenkur hierselbst am rechten Platze erscheinen lassen, hat sich leider bisher nicht realisiert.

Es wäre hier noch die Frage zu erörtern, zu welcher Zeit Neuenahr am Besten zur Kur besucht wird; dieselbe kann nur allgemein beantwortet werden.

Von Anfang Mai an können Kranke herkommen; namentlich eignet sich eine frühe Kur für im Winter entstandene Brust- und Luftröhrenleiden, um solche möglichst schnell im Vorschreiten aufzuhalten; ferner für an Zuckerruhr, Leber- oder Milzaffectionen Leidende, für Hypochonder: alles Kranke, welche zur Melancholie geneigt sind und welche durch den knospentreibenden und blüthenbringenden Frühling zur erneuten Hoffnung, zu frischem Lebensmuth geführt werden und durch Aufheiterung des Gemüths den ersten Schritt zur Heilung thun.

Sommerkuren sind wohl in den meisten Fällen passend, jedenfalls am Besten bei älteren oder gegen kühle Tage empfindlichen Personen, bei Gicht- nnd Rheumatismuskranken,

endlich bei solchen, welche ohne lebhafte und ausgewählte Gesellschaft nicht leben können.

Die Herbstkuren bis Mitte Oktober sind den leicht erregbaren Individuen anzurathen, sowie solchen, die an Spinalirritationen leiden, endlich denen, die eine Traubenkur gebrauchen, und solchen, welche, aus einem anderen Bade in die nordische Heimath zurückkehrend, hierselbst noch eine Nachkur gebrauchen wollen.

In letzter Zeit ist die Frage der Winterkuren vielfach ventiliert worden. Ich stehe nicht an, solche anzurathen. Einzelne Lungenkranke, in den meisten Fällen Magen- und Zucker-Kranke, können auch im Winter hierselbst die Kur gebrauchen, vorläufig allerdings nur eine Trink- und Luftkur, da die Bäder alsdann geschlossen sind. Allerdings müssen diese Kranken auf alle Zerstreuungen und Annehmlichkeiten einer Stadt verzichten. — Ich habe seit 1880 den Winter über wiederholt Kranke bei mir im Hause gehabt, darunter Schwerkranke, und wie ich erklären kann, stets mit dem besten Erfolge.

Diät.

Man kann von einer Diät des Leibes und der Seele sprechen. Das Capitel über erstere ist ein etwas heikeles. Nicht nur, dass viele Kurorte eine Extradiät haben, welche Alles leistet, nur nicht das Richtige, gibt es auch leider Aerzte, welche in ihren Vorschriften und Ansichten einer physiologischen Nahrungsmittellehre entschieden Hohn sprechen. Daher denn die vielen verkehrten Ansichten unter dem Publikum. Dies ist zwar sehr traurig und oft von den bittersten Folgen für dasselbe, aber leider zu wahr. Man weiss heut zu Tage sehr genau, welches Düngmittel dieser oder jener Bodenart, dieser oder jener Kulturart am passendsten ist; man weiss, mit welchen Stoffen die Fütterung des Viehes, mit welchen die Mästung am besten betrieben wird: aber das, was dem menschlichen Körper in seiner Ernährung frommt, davon hat man durchgehends nicht die geringste Idee. Desshalb grade in der gut situirten Klasse die vielen chronischen Krankheiten durch verkehrte Diät. Es rührt dies sowohl von der Erziehung her, wo die Kinder eher alles Andere kennen lernen, als etwas von Naturwissenschaft oder den gewöhnlich-

sten Funktionen des eigenen Körpers, als auch von dem geschäftlichen Treiben unserer Zeit, wo es zuerst gilt: Erwerben, und dann erst: Erhalten. Daher ist es nicht zu verwundern, dass Jemand von der Lage einer Mine in Mexiko, aber nicht von der Leber im eigenen Körper unterrichtet ist. Mir ist dieser Fall wenigstens schon begegnet.

Wie im ganzen Leben, so wird besonders für den Kranken im Kurorte die Diät eine Hauptsache sein. Leider ist der Gehalt des Nährstoffes eines Nahrungsmittels nicht immer parallel mit der Verdaulichkeit, sonst wäre die Diät leicht zu regeln. Wir müssen suchen, die nöthige Masse zum Umsatz dem Körper zu liefern, ohne dass durch die Verdauung der Magen irritirt, innere Hyperämien veranlasst werden; wird jene schon durch frühere Gewohnheit und die bestehende Krankheit modificiert, so jedenfalls noch mehr, wenn plötzlich ein Heilmittel, — in unserem Falle ein Mineralwasser, — dem Magen zugeführt wird. Durch unsere Quellen wird notorisch bei fast allen, die sie trinken, der Appetit erregt; um so mehr gilt es, denselben an Ausschreitungen zu verhüten. Man spricht deshalb in Badeorten auch nur vom „kurgemässen Leben, vom kurgemässen Essen".

Eine kurgemässe Diät soll und kann aber keine andere sein, wie jeder unterrichtete Arzt sie seinen Patienten nur nach physiologischer Begründung allerorts vorschreibt: sie richtet sich eben nach der Krankheit und nach der Behandlung. Es ist daher Sache des Arztes, bei jedem einzelnen Falle eine bestimmte Diät vorzuschreiben, es wird dann wohl weniger nach der Schablone heissen: ich esse dies nicht, weil es sich mit dem Brunnen nicht verträgt, sondern, weil es sich mit meiner Krankheit nicht verträgt. Eine für alle Fälle gültige Kurdiät anzugeben, ist nicht möglich, ebenso unmöglich ist es, ein striktes Verbot für einzelne Nahrungsmittel anzugeben.

Bei den Natronwässern, nach dem Vorgang des strengen Carlsbades, ist es vielfach Usus oder Abusus, das Obst und die Butter zu verbieten. Ein solches Verbot streitet sowohl gegen die Erfahrung, sowie noch mehr gegen alle physiologischen Thatsachen. Butter, wie auch Obst, verträgt sich ganz gut mit unserem Wasser. Es gibt aber viele Kranke, denen ihr Leiden oder die gegen dasselbe unternommene Kur den Genuss von Butter oder Obst verbietet, wie dies bei einzelnen Magen- und Darmerkrankungen der Fall ist. Andere Kranken müssen hingegen, neben der Wasserkur, fettreiche Diät haben — wie Brustleidende und Diabetiker —, während bei wieder andern zugleich Pflanzensäuren anzurathen sind — wie bei: Gicht und Steingries. — Wenn ich trotz dem Gesagten noch eine kurze allgemeine Vorschrift ertheile, so glaube ich nicht unlogisch zu verfahren, indem im concreten Falle die Abänderungen ja dem Arzte anheimfallen.

Das erste Frühstück sei kräftig, aber nicht gross; es richtet sich dasselbe am Besten nach der bisherigen Gewohnheit, je nachdem Kaffee mit Brod und Butter, oder Thee mit Brod und Braten; Eier zum Kaffee oder Thee werden meist auch anzurathen sein. Bei Magen- und Lungen-Erkrankungen ist Milch oder Chokolade am Passendsten.

Das zweite Frühstück, für solche, welche eines nehmen dürfen, sei am Besten nicht zu kurz vor dem Mittagessen und sättige nie ganz: eine Tasse Bouillon oder Thee, ein Glas Walporzheimer oder Portwein mit Schinken oder einem Ei werden genügen.

Beim Mittagstisch ist das grösste Gewicht zu legen auf gute Braten und leicht verdauliche Gemüse. Und wenn ich von dem spreche, was nicht mit der Kur sich verträgt, so nenne ich darunter sämmtliche Dinge, die schwer verdaulich sind: wie Schwarzwild, sehr fettes Geflügel, Aal, Lachs,

Muscheln, Würste, fette Pasteten und pikante Säuren, mit Essig eingemachte Dinge, Salate, eingemachte Hülsenfrüchte, Puddings, das hiesige Schwarzbrod und vor allem Eis. Ausser diesen Gegenständen gibt es ja so Vieles, dass ein Tisch auf's Glänzendste, selbst für einen Feinschmecker, mit den unschädlichsten Speisen besetzt werden kann.

Als Tischgetränk eignet sich, natürlich wo solches erlaubt, am Besten guter hiesiger Rothwein oder Moselwein. Kaffee nach dem Essen befördert zwar nicht die Verdauung, aber den schnelleren Durchgang der unverdauten Speisen durch den Darmtraktus. Daher oft gut, wenn man zu reichlich dinirt hat; er ersetzt alsdann auf etwas anständigere Weise die Pfauenfeder der Römer.

Das Abendessen bestehe aus einer Suppe oder einem Braten mit Compot. Ob man nach dem Mittagessen schlafen kann, ob man rauchen kann, soll im einzelnen Falle der Arzt bestimmen. Dass eine gute Diät, noch so strenge befolgt während der Kurwochen, trotz der Kur keinen Erfolg haben kann, wenn der Kranke, in die Heimath zurückgekehrt, in seinen üblichen Schlendrian und in die alten Diätfehler zurückfällt, sieht wohl Jeder ein. Die Diät, welche einem Kranken gut gethan hat im Bade, soll weiter befolgt werden zu Hause.

Die Diät der Seele ist für die Heilung des Kurkranken vom grössten Einfluss. Wenn man sich aus dem „Pferch seiner Alltäglichkeit“ herausbewegt, muss man der Sorgen, welche jene vielleicht tagtäglich vor Augen führt, enthoben sein; muss man seiner Berufsgeschäfte vergessen können, muss man durch seine Umgebung an nichts erinnert werden, als an den Zweck der Reise, die zu erzielende Gesundheit. Die so oft schon citierten Goethe'schen Worte kann man immer auf's Neue anführen:

„Beim Baden ist es erste Pflicht,
Dass man sich nicht den Kopf zerbricht,
Und dass man immer nur studiere,
Wie man ein lust'ges Leben führe."

Es ist desshalb kein Erfolg zu erwarten, wenn eine kranke Mutter mit all' ihren Kindern zur Kur kommt, ebensowenig wie wenn ein Jurist seine Akten mitbringen wollte. Der Kranke soll, entfernt aus seiner heimischen Lebensweise, zur einfachen Natur zurückkehren, damit jener ewige Einfluss, wie A. v. Humboldt sagt, welchen die physische Natur auf die moralische Stimmung der Menschheit und auf ihre Schicksale ausübt, sich an ihm vorab bewähre als erster Grundstein zur Genesung. Es resultiert hieraus, dass das Leben in der Natur, nur mit der Sorge für das liebe Ich, am Besten gepflogen werden kann in einem *Dolce far niente,* deutsch ausgedrückt: Müssiggang (jedoch ohne Langeweile), besser gesagt, Sammlung des Gemüthes im leidenschaftlosen Verkehr mit einer ruhigen Umgebung, sowie die Beschränkung jeder geistigen und körperlichen Aktion auf die nothwendigsten Funktionen des Stoffwechsels.

Ich glaube nicht besser schliessen zu können als mit der Inschrift auf den Antoninischen Bädern in Rom:

Curae vacuus hunc adeas locum,
ut morborum vacuus abire queas;
Non enim hic curatur, qui curat.

Von der Sorge befreit, betrete dies Bad,
Von der Krankheit befreit, verlass' es alsdann;
Denn Niemand sorget hier für die Genesung,
Der Sorge im Herzen noch trägt.

Inhalt.

	Seite
Vorwort	3
Einleitung	5
Geschichtliches	7
Die Ursachen der Heilerfolge durch die Thermen	10
Die Bestandtheile der Quellen	19
Analysen	21
Specielle Indicationen für Neuenahr	30
Die Badekur	43
Die Massage	49
Die Trinkkur	51
Diät	57

PLEASE DO NOT REMOVE
CARDS OR SLIPS FROM THIS POCKET

UN.VERSITY OF TORONTO LIBRARY

RA
866
N4U5
1890

Unschuld
Die Mineralquellen von
Neuenahr

BioMed